



**SAVONIA**

■ OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO  
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

# JELPPARIN KÄSIKIRJA

TEKIJÄT: Hanne Ruotsalainen  
Mira Soininen

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma	
Työn tekijä(t) Hanne Ruotsalainen ja Mira Soininen	
Työn nimi Jelpparin käsikirja	
Päiväys 20.3.2013	Sivumäärä/Liitteet 38/1
Ohjaaja(t) Markku Viita	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Lähde-hanke	
<p><b>Tiivistelmä</b></p> <p>Lähde-hanke on kymmenen pohjoissavolaisen kunnan sosiaali- ja terveystoimen sekä muiden yhteistyökumppaneiden muodostama hanke, joka pyrkii eri keinoin ennaltaehkäisemään 16—29-vuotiaiden nuorten syrjäytymistä. Yksi hankkeen toiminnoista on Jelppari-valmennuksen koordinointi, jossa koulutetaan ”ei-ammattillisia” tukihenkilöitä nuorten auttajiksi. Hanke on jo alkuselvityksessään saanut eri toimijoilta vahvistusta siihen, että tukihenkilöitä nuorille tarvitaan enemmän. Jelppari-toiminta tarjoaa matalan kynnyksen tukihenkilömuodon, jossa auttajaksi voi halutessaan tulla kuka tahansa kuntalainen, jolla on aito halu auttaa ympärillä olevaa nuorta turvallisesti, tiettyjä rajoja noudattaen.</p> <p>Opinnäytetyö on toiminnallinen, ja sen tarkoituksena oli luoda käsikirja, joka toimii tukena eri kuntien järjestämissä tukihenkilökoulutuksissa. Jelppari-käsikirjan tarkoituksena on vahvistaa Jelpparien taitoja tukihenkilötoiminnassa osallisuuden näkökulmasta. Kehittämistehtäväksi on rajattu kysymys: mitä tietoa Jelppari-tarvitsee, jotta voi toimia auttajana/tukihenkilönä syrjäytymisvaarassa olevalle/jo syrjäytyneelle nuorelle?</p> <p>Jelpparin Käsikirja on synkronoitu koulutuksissa käytettävään kouluttajan oppaaseen. Jelppari-valmennus koostuu 3+3+5 tunnin kokonaisuudesta, joissa käsitellään erilaisia teemoja, kuten nuorisokulttuuri, sosiaalinen media ja tukihenkilön rooli ja rajat sekä auttajan oma jaksaminen. Käsikirjan on tarkoitus toimia tukihenkilön päiväkirjana, johon Jelppariksi kouluttautuva voi tehdä tärkeitä muistiinpanoja ja kirjata omia ajatuksiaan prosessin eri vaiheissa. Käsikirja käsittelee yllämainittuja valmennuksen teemoja, sekä tarjoaa lisäluettavaa ja vinkkejä Jelppariksi ryhtyvän oman kiinnostuksen mukaan.</p> <p>Suunnitteluprosessissa on hyödynnetty deming-ympyrää mukaillen, ja lisäksi suunnitteluvaiheessa on hyödynnetty ongelma- ja tavoitepuuta, joiden avulla käsikirjassa vaadittu sisältö hahmottui helpommin. Opinnäytetyön raportti sisältää työn teoreettisen viitekehyksen sekä kuvauksen kehittämistyön eri vaiheista. Lisäksi opinnäytetyön lopussa on valmistettu tuote, Jelpparin käsikirja.</p>	
Avainsanat Syrjäytyminen, osallisuus, voimaantuminen, vapaaehtoistoiminta, deming-ympyrä.	

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme in Social Services			
Author(s) Hanne Ruotsalainen and Mira Soininen			
Title of Thesis Manual of Jelppari			
Date	20.3.2013	Pages/Appendices	38/1
Supervisor(s) Markku Viita			
Client Organisation /Partners Lähde-project			
<p><b>Abstract</b></p> <p>Lähde is a project, created in co-operation with ten municipality social- and healthcare authorities and other partners. The project aims at preventing the social exclusion of 16-29 year old young people. One of the actions of the project is coordination of Jelppari-training, where non-professional people are trained as support people to help young people. The project has already received in its initial report confirmation from other partners, that more support people are needed for young people. The operations of Jelppari- offer a low-threshold form of support people, where anyone of the municipals inhabitants can join. The only requirement is that he/she has a real desire to help young people around him/him by following certain limits.</p> <p>The thesis is functional, and its purpose was to create a manual, which offers extra support in Jelppari-training in different municipalities. The purpose of the manual is to strengthen skills, which are needed in support people work during the Jelppari-training. The perspective of the manual is participatory. The development assignment has been limited to the question: what information Jelppari needs so that support people can work to support and help young people, who are in danger of social exclusion?</p> <p>The manual of Jelppari is synchronized to the trainer's guidebook. Jelppari-training consists of 3 + 3 + 5 hour units, which are dealing with themes like youth culture, social media, the role, limits and coping of the support people. The manual is intended to serve also as a diary where the person trained by Jelppari can write important notes and his/her thoughts during different stages of the process. The manual deals with the themes which are mentioned earlier, and also offers extra articles and tips according to own interest.</p> <p>The manual has been made by reproducing the Deming circle. In the planning process a problem and- objective tree has also been used. By using the tree the content of the manual started to take shape better. The report of the thesis includes the theoretical framework and the description of the development stages. In addition in the end there is the product, the Manual of Jelppari.</p>			
<b>Keywords</b> Social exclusion, participation, empowerment, voluntary work, Deming circle.			

# SISÄLTÖ

## TIIVISTELMÄ

## ABSTRACT

TIIVISTELMÄ.....	4
------------------	---

ABSTRACT.....	4
---------------	---

1 JOHDANTO .....	5
------------------	---

2 NUORTEN SYRJÄYTYMISTÄ EHKÄISEMÄÄN.....	7
--	---

2.1 Lähde-hankkeen lähtökohdat .....	7
--------------------------------------	---

2.2 Lähde-hankkeen tavoitteet.....	7
------------------------------------	---

2.3 Jelpparin käsikirja .....	8
-------------------------------	---

3 JELPPARI-KÄSIKIRJAN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT .....	10
--	----

3.1 Syrjäytyminen.....	10
------------------------	----

3.2 Osallisuus.....	14
---------------------	----

3.3 Voimaantuminen.....	15
-------------------------	----

3.4 Vapaaehtoistoiminta.....	17
------------------------------	----

4 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN KUVAUS.....	19
----------------------------------	----

4.1 Jelppari-käsikirjan tuotteistaminen.....	19
--	----

4.2 Suunnitteluvaihe .....	20
----------------------------	----

4.2.1 Mihin käsikirjalla vastataan.....	23
---	----

4.2.2 Käsikirjan tavoitteet.....	25
----------------------------------	----

4.3 Toteutusvaihe.....	26
------------------------	----

4.4 Arviointivaihe.....	29
-------------------------	----

4.4.1 Prosessiarviointi .....	30
-------------------------------	----

4.4.2 Tavoitteiden toteumisen arviointi .....	31
---	----

4.5 Kehitysideat.....	32
-----------------------	----

5 POHDINTA .....	35
------------------	----

LÄHTEET.....	37
--------------	----

## LIITTEET

Liite 1 Jelpparin käsikirja

# 1 JOHDANTO

Syrjäytyneitä 15–29-vuotiaita nuoria oli vuonna 2010 yhteensä noin 51 300. Tämä tarkoittaa noin 5 % kaikista tämänikäisistä nuorista. Nuoret, jotka ovat opiskelun ja työvoiman ulkopuolella ja joilla ei ole peruskoulun lisäksi muuta koulutusta, voidaan pitää syrjäytyneinä. Lisäksi Suomessa on 32 500 täysin ulkopuolista nuorta, jotka eivät näy missään tilastoissa tai rekistereissä. He eivät siis ole ilmoittautuneet edes työttömiksi työnhakijoiksi. Kukaan ei tarkalleen tiedä, mitä he tekevät tai keitä he ovat. (Myrskylä 2012, 1.)

Syrjäytyminen on lakea ilmiö, jolla tarkoitetaan usein sekä psyykkistä että aineellista ongelmakokonaisuutta, joka voi tarkoittaa henkistä putoamista normaalien yhteiskunnan käytäntöjen ulkopuolelle tai erilaisia rikollisuuden muotoja tai päihderiippuvuuksia (Myrskylä 2012, 2). Syrjäytymisen käsite on Suomessa otettu käyttöön sosiaalipoliittisessa keskustelussa 1970-luvulla, ja alun perin syrjäytymisellä on tarkoitettu lähinnä työttömyyttä, työkyvyttömyyttä tai ennen aikaista eläkkeelle siirtymistä (Leskinen 2012, 2). Syrjäytymisen rinnalle on helppo nostaa käsitteeksi osallisuus, joka on ikään kuin syrjäytymisen vastakkaiskäsite. Osallisuuden käsite kuvaa yksilön kuulumista yhteisöön tai laajemmin yhteiskuntaan, joka usein rakentuu työn, harrastusten tai vaikuttamistoiminnan kautta. Osallisuudella tarkoitetaan siis yksilön tunnetta kuuluvansa tai olevansa mukana jossakin. (Särkelä 2009, 33.) Osallisuudesta on helpompi puhua voimavaroiltaan kuin syrjäytymisestä, joka lähtökohtaisesti sopii paremmin tuotteeseemme, josta seuraavassa kerromme enemmän. Syrjäytyminen mielletään usein negatiivisväyiseksi käsitteeksi.

Opinnäytetyömme aihe on valikoitunut meille yhdessä toimeksiantajamme, Lähde-hankkeen kanssa (hankkeen esittely luvussa 2.1). Hanke on jo alkuselvityksessä saanut eri toimijoilta vahvistusta siihen, että tukihenkilöitä tarvitaan nuorille enemmän. Tukihenkilötoimintaa tarjotaan esimerkiksi lastensuojelun yhteydessä, mutta monesti tällainen on niin sanotulle tavalliselle ihmiselle liian haastavaa nuoren haastavan elämäntilanteen vuoksi. Lähde-hanke on pyrkinyt kehittämään Jelppari-toiminnallaan matalan kynnyksen tukihenkilötoimintamuodon, johon auttajaksi sopii ihan tavallinen yhteisön jäsen. Tavallisella yhteisön jäsenellä tarkoitamme kuntalaista, jolla on halu auttaa ilman ammatillisuutta, mutta turvallisesti tiettyjä rajoja noudattaen. (Lähde-hanke 2012.)

Opinnäytetyömme tarkoituksena on tuottaa Jelppari-käsikirja, jossa on otettu huomioon eri toimijoiden sekä itse Jelppareiden näkemykset. Käsikirjan lähtökohtana on noudattaa jo olemassa olevaa Jelppari-koulutuspakettia, mutta käsikirjan pitäisi olla välineenä Jelpparilla kotona esimerkiksi koulutuspäivien välissä syventämään osaamista sekä oman auttajan roolin muotoutumisessa. Lisäksi käsikirja toimii ikään kuin tukihenkilön päiväkirjana, johon tukihenkilöksi koulututtava voi halutessan tehdä omia muistiinpanojaan ja kirjata ylös omia ajatuksiaan. Tällä opinnäytetyöllä olemme osaltamme luomassa uusia keinoja ehkäistä nuorten syrjäytymistä tuottamalla heille uudenlaisia palveluja virallisen palvelujärjestelmän ulkopuolella. Työstä on hyötyä myös laajemmin koko nuorten syrjäytymistä ehkäisevässä työssä sekä kuntalaisten yhteisöllisyyttä tukevassa toiminnassa. Aihe on tällä hetkellä ajankohtainen, sillä nuorten syrjäytymisestä puhutaan paljon mediassa ja politiikassa.

## 2 NUORTEN SYRJÄYTYMISTÄ EHKÄISEMÄÄN

### 2.1 Lähde-hankkeen lähtökohdat

Kunnissa palvelutuotanto on ajautumassa kestävämpään tilanteeseen, sillä syrjäytymiseen on puututtu liian myöhään. Nuorille joudutaan tarjoamaan runsaasti kalliita yksilötasoisia palveluja, ja se tulee yhteiskunnalle kalliiksi. Jopa yli 10 prosenttia 16–19-vuotiaista nuorista on tästä huolimatta syrjäytymisvaarassa. Kunnan sisällä olevat nuorisotyön eri tahot tekevät vähäisesti yhteistyötä. (Lähde-hanke 2013).

Syrjäytymisuhan alla olevilla nuorilla esiintyy työttömyyttä, mikä voi johtaa muun muassa pitkäaikaiseen toimeentulon tarpeeseen, mielenterveys- ja päihdeongelmiin, rikoksiin ajautumiseen, hoitoon sitoutumattomuuteen, elämänhallinnan ja arjessa pärjäämiseen liittyviin ongelmiin. Lisäksi esiintyy kyvyttömyyttä huolehtia esimerkiksi talous-, koulutus- tai työpaikka-asioista. Monet näistä seikoista voidaan havaita jo varhain, joten niihin puuttuminen ajoissa olisi ensiarvoisen tärkeää. Varhaisella puuttumisella voitaisiin ennaltaehkäistä asioiden paisuminen ja ongelmien lisääntyminen. (Lähde-hanke 2013).

Lähde-hanke on kymmenen pohjois-savolaisen kunnan sosiaali- ja terveystoimen sekä monien eri yhteistyötahojen muodostama hanke, joka eri keinoin pyrkii ehkäisemään 16–29 vuotiaiden syrjäytymistä. Lähde-hanke pyrkii haastamaan toimijoita keskenään yhteistyöhön. Toimijoille tarkoitetaan hankealueen kunnallista henkilöstöä, kuten sosiaalitoimea, nuorisotoimea, terveystoimea, kolmannen sektorin toimijoita (vapaaehtoisjärjestöt kuten MLL, SPR), alueen työnantajat sekä muita yhteistyötahoja (esimerkiksi Kela, TE-toimisto). Lähde-hankkeen hallinnoivana kuntana toimii Siilinjärvi ja Lähde-hankkeen rahoittajana on Euroopan Unioni (ESR). Hanke on alkanut 1.9.2010 ja jatkuu elokuun 2013 loppuun saakka. (Lähde-hanke 2013).

### 2.2 Lähde-hankkeen tavoitteet

Lähde-hankkeen tavoitteena on vähentää nuorten taloudellista, työmarkkinallista ja sosiaalista syrjäytymistä. Hanke pyrkii kehittämään syrjäytymistä vähentäviä toimintamalleja ja luomaan kokonaan uudenlaisia palvelukokonaisuuksia. Hanke pyrkii myös lisäämään nuorten osallisuutta ja tehostamaan toimijoiden välistä vuorovaikutusta, yhteistyötä ja palveluverkostoa. Hankkeen toiminnalla halutaan kasvattaa nuoren

elämänhallintataitoja. Lyhyesti Lähde-hankkeen tavoitteena on saada nuori toiminnan kohteesta toiminnan tekijäksi. Lähde-hankkeella on erilaisia pilotteja, kuten Jelppari-toiminta ja nuorten työelämä valmennukset. (Lähde-hanke 2013). Meidän opinnäytetyömme keskittyy Jelppari-toimintaan.

Kuntien ja muiden toimijoiden resurssit ovat hyvin rajallisia ja siksi Lähde-hanke haluaa Jelppari-toiminnalla haastaa kuntalaiset mukaan nuorten osallisuuden parantamiseen. Tällä hetkellä nuorille tarjotaan hyvin rajallinen määrä tukihenkilöitä sosiaalityöstä. Usein tilanne on se, että nuorelle on resursseja tarjota palveluita, kuten tukihenkilöpalvelua, vasta nuoren jo ollessa syrjäytynyt. Jelppari-toiminnalla on tarkoitus luoda matalan kynnyksen vaihtoehto varsinaiselle tukihenkilötoiminnalle, johon jokainen auttamishaluinen kuntalainen voi ryhtyä ja jolta nuoren on helpompi hakea apua pienempäänkin arjenhallinnassa ilmenevään ongelmaan. Toiminnalla pyritään luomaan kuntaan yhteisöllisyyttä ja toisista välittämistä. Toiminnalla halutaan saada kuntalaiset ymmärtämään, että nuorten kasvava syrjäytyminen on kaikkien kansalaisten asia. Jelppari-toiminnassa on haastettu myös asian todellisia osaajia ja asiantuntijoita, sillä alueellisiin työryhmiin on kasattu työryhmiä, jotka koostuvat kunnassa nuorten parissa toimivista sekä kunnallisista, mutta myös kolmannen sektorin toimijoista. Työryhmään voi kuulua esimerkiksi nuoris- ja koulutoimen, Mannerheimin lastensuojeluliiton, Suomen Punaisen Ristin, seurakunnan ja 4H-yhdistyksen edustajat. (Lähde-hanke 2013).

Opetusministeriön selvityksessä ”Nuorta ei jätetä – Puhalletaan yhteen hiileen” (2009, 19) kerrotaan, että paikallistasolla on tarvetta juuri matalan kynnyksen toiminnalle. Selvityksessä kerrotaan myös, että juuri moniammatillista yhteistyötä kaivataan nuorten hyväksi toimittaessa. Työryhmä toteaa myös selvityksessään, että syrjäytymisen kustannukset yhteiskunnalle puoltavat nuoren auttamista mahdollisimman varhain.

### 2.3 Jelpparin käsikirja

Opinnäytetyömme tarkoituksena on tehdä Jelppareille käsikirja eli niin sanottu manuaali avuksi auttamistyöhön. Käsikirjan pohjana toimii Jelpparien kouluttajille tehty valmennuspaketti, jonka pohjan ovat koonneet Sari Siltavuori ja Jonna Koponen. Valmennuspaketilla tarkoitamme kouluttajille tehtyä opasta, jossa eri koulutuskertojen sisällöt, tavoitteet ja harjoitukset ovat. Valmennuspaketti toimii pohjana, jota jokainen kouluttaja pystyy muokkaamaan koulutettavien tarpeiden mukaisesti. Pohjan luomisen jälkeen Lähde-hanke on muokannut koulutusmateriaalia. Käsikirja tulee siis olemaan



yksi osa Jelpparille annettavaa valmennusta, jonka Jelppari saa itselleen täytettäväksi.

Jelppari-valmennukseen ovat tervetulleita kaikki täysi-ikäiset kuntalaiset, joilla on halu auttaa nuoria. Valmennuksen tavoitteena on kannustaa kuntalaisia mukaan laadukkaaseen matalan kynnyksen tukihenkilö- eli Jelppari-toimintaan. Valmennus ei kuitenkaan sido vielä varsinaiseen toimintaan mukaan. Valmennus on avoin kaikille, jotka kaipaavat apua esimerkiksi vuorovaikutustilanteisiin lähipiirin nuoren kanssa. Koulutus koostuu 3+3+5 tunnin kokonaisuudesta, joissa käsitellään eri teemoja, kuten nuorisokulttuuria, palvelujärjestelmän rakennetta, sosiaalisen median mahdollisuuksia, tukihenkilön rooleja ja rajoja sekä auttajan omaa jaksamista. Jelppari-valmennuksen aluksi jokainen koulutettava kirjoittaa paperin, jossa koulutuksen aikana esille tullut mahdollinen luottamuksellinen sisältö säilyy koulutushenkilöiden tiedossa eikä leviä ulkopuolisten tietoon.

Käsikirja käsittelee yllämainittuja valmennuksen teemoja ja pyrkii toimimaan apuna Jelppari-toiminnassa. Käsikirjan ei ole tarkoitus olla vain ohjekirja, vaan sen tulisi olla muokattavissa auttajansa näköiseksi. Jelppari-käsikirjalla pyritään saamaan Jelppari pohtimaan myös omaa auttamistaan ja siten kehittymään Jelpparina. Ongelmatilanteiden varalle Jelppari-käsikirja tarjoaa myös suuntaviivoja oikeanlaiseen etenemiseen tilanteessa. Käsikirjasta löytyy eri valmennuskertojen välille kotitehtäviä, jotka auttavat Jelpparia syventymään vielä käsiteltyihin aiheisiin lisää. Tämä vahvistaa Jelpparin omaa ajatteluprosessia ja reflektiota. Lisäksi käsikirjan on tarkoitus olla tiiviisti mukana myös itse toiminnassa, sillä sinne Jelppari voi valmennuksien aikana täyttää esimerkiksi tärkeitä yhteystietoja oman kunnan palvelujärjestelmästä. Opinnäytetyömme hyödynsaajina ovat Lähde-hanke toimeksiantajana, nuoret sekä kunnat, joiden nuorille Jelppari-toiminnalla ja käsikirjalla apua tarjotaan. Tavoitteenamme oli luoda käsikirja, joka käyttötarkoituksellaan palvelee mahdollisimman hyvin Jelppari-toimintaa.

### 3 JELPPARI-KÄSIKIRJAN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

Lähde-hankkeen ja käsikirjan tavoitteet huomioon ottaen mietimme tuotteellemme teoreettisia lähtökohtia, joiden myötä päätimme syventyä syrjäytymisen, osallisuuden, voimaantumisen sekä vapaaehtoistoiminnan käsitteisiin. Nämä teoreettiset lähtökohdat valitsimme, koska ne ohjautuivat avainkäsitteiksi suunnitteluvaiheen ongelma- ja tavoitepuun kautta. Opinnäytetyössämme emme halua keskittyä niinkään määrittelemään syrjäytymistä määritteleviä ongelmia tai sen syitä, vaan pyrimme luomaan käsikirjan voimavaralähtöisestä näkökulmasta. Voimavaralähtöisellä näkökulmalla tarkoitamme positiivista asennoitumista autettavaa kohtaan, sillä tarkoituksena ei ole antaa ammattimaista apua vaan toimia ikäänkuin kanssaihmisinä.

Käsikirjan tarkoituksena on antaa auttajalle käytännön neuvoja, jotta hän keskittyisi auttamisen kohteena olevan osallisuuden vahvistamiseen eikä autettavan ongelmien määrittelyyn. Pyrimme siis luomaan autettavan ja Jelpparin välille positiivisen tukisuhteen. Tähän ei tietenkään pelkällä käsikirjalla vielä päästä, mutta käsikirjan pitäisi toimia apuna auttajaksi kehittämisessä. Syrjäytymisen käsite korvataan usein osallisuuden käsitteellä, koska sitä pidetään syrjäytymiseen verrattuna myönteisempänä ja vähemmän leimaavana. (Vehviläinen 2008, 30.) Tästä on kuitenkin esitetty myös kritiikkiä ja ennemmin näkisimme osallisuuden ja syrjäytymisen rinnakkaiskäsitteiksi. Kritiikillä tarkoitamme myös sitä, että syrjäytymisen käsite on nykypäivänä ehkä turhankin laaja, sillä sille ei ole olemassa yksiselitteistä määritelmää ja syrjäytymisestä voidaan puhua hyvin erilaisissa yhteyksissä. (ks. Leskinen 2012, 2.)

#### 3.1 Syrjäytyminen

Lähde-hankkeen yksi tärkeimmistä tavoitteista on kehittää nuorten syrjäytymistä vähentäviä ja ennaltaehkäiseviä toimintamalleja. Jelppari-toiminta on yksi hankkeen kehittämistä toimintamalleista, joilla nuorten syrjäytymiseen pyritään vaikuttamaan ennaltaehkäisevästi. (Lähde-hanke 2013). Työssämme on siis tärkeää tietää syrjäytyminen käsitteenä, jotta voimme ymmärtää ilmiön taustat.

Syrjäytyminen määritellään usein yksilöä yhteiskuntaan yhdistävien siteiden heikkoudeksi. Syrjäytyneenä pidetään henkilöä, joka ei kykene täysipainoisesti

osallistumaan yhteiskunta-, talous- tai siviilielämään. Syrjäytyneenä voidaan pitää myös henkilöä, jonka tulot ovat riittämättömät nauttimaan elintasosta, jota yhteiskunnassa pidetään hyväksyttynä. Syrjäytyminen voidaan siis määritellä yhteiskunnasta eristäytymisen, taloudellisten resurssien puutteen sekä sosiaali- ja kansalaisoikeuksien rajallisuuden yhdistelmäksi. (Syrjäytymisen ehkäisy ja vähentäminen -työryhmä 2009, 5.) Syrjäytymisen käsitettä pidetään yleisesti kielteisenä sanana. Syrjäytymisestä puhuttaessa on tärkeää muistaa, että ihmisiä myös syrjäytetään. Kun ihmisen ei anneta ilmaista omia mielipiteitään tai näkökantojaan, voidaan puhua syrjäyttämisestä. Jokaisella ihmisellä on oikeus myös omaan kansalaisuuteen sekä osallisuuteen, joten niitä tulisi arvostaa. (Laine, Hyväri & Vuokila-Oikkonen 2010, 11.)

Syrjäytymisen määritelmässä kiinnitetään huomiota syrjäytymistä aikaansaavien ongelmien moniulotteisuuteen, kasautuvuuteen sekä pitkäaikaisuuteen. Usein tuodaan myös esille ongelmien muodostama kierre, jossa useat haittatekijät vahvistavat toinen toisiaan. (Raunio 2006, 31.) Mitään yksittäistä ongelmaa tai asiaa ei voida pitää syrjäytymisen aiheuttajana, vaan syrjäytyminen voidaan nähdä elämän kattavana prosessina, jossa eri vaiheet seuraavat toinen toisiaan ja muodostavat noidankehän, mistä on hankala irrottautua. Mitä pidemmälle syrjäytyminen ennättää edetä, sitä hankalampaa sen aiheuttamasta noidankehästä on päästä irti. Huono-osaisuuden ja köyhyyden käsitteistä syrjäytyminen eroaakin juuri tästä syystä, että sillä elinolojen suhteen tarkoitetaan koko elämänkulun prosessia. (Nuorten syrjäytymisen ehkäisy 2007, 19.)

Nuorista käytävä syrjäytymiskeskustelu keskittyy usein lukuihin ja erilaisiin tilastoihin. Jokaisella syrjäytyneellä on kuitenkin omat tarinansa. Tärkeää on myös muistaa, että jokainen toimeentulotuella elävä ei automaattisesti ole syrjäytynyt. Nuori voi kokea syrjäytyneeksi luokittelun syyllistävänä itseään kohtaan. Tärkeintä olisi mahdollistaa nuorelle onnistumisen kokemukset ja kokemus siitä, että joku välittää. Perheen sosiaaliset ongelmat ja syrjäytyminen jättävät nuoriin usein jälkiä, mutta hätään voidaan kuitenkin vastata. Parasta olisi pystyä puuttumaan ongelmiin tarpeeksi ajoissa, ja saada nuori ikään kuin palautettua takaisin turvallisille elämänpoluille. Jo lapsena koetut sosiaaliset ongelmat ja epäonnistumisen kokemukset voivat altistaa vaikeuksille myöhemmin. Tutkimusprofessori Sakari Karvonen kertoo tutkimuksissaan tulleen ilmi, että vanhempien terveydelliset ja sosiaaliset ongelmat lisäävät myöhempiä mielenterveysongelmia sekä nuoren kouluttamattomuutta ja rikollisuutta. Tutkimuksissa on tullut ilmi myös melko hämmästyttävä seikka eli

jopa kahden kolmesta syrjäytymisvaarassa olevan kutsuntaikäisen miehen riski on ollut havaittavissa jo ennen kouluikää. (Wilskman 2012, 23–24.)

Pohdittaessa syitä, jotka ovat johtaneet nykypäivän nuorten syrjäytymiseen, voidaan miettiä lapsiperheiden peruspalvelujen vähennyksiä viimeisen 20 vuoden aikana. Palveluista on jouduttu karsimaan, ja yhtenä suurena muutoksena esimerkiksi lapsiperheille tarjotut kotipalvelut on lähestulkoon ajettu alas. Myös neuvoloiden perhevalmennuksia on vähennetty, vaikka juuri vanhemmuuden varhaisella tukemisella on suuri merkitys. Lisäksi kouluterveydenhuoltoa ja oppilashuoltoa on vähennetty, vaikka juuri koulusta saatavalla tuella on sekä nuorten itsensettä vanhempien mielestä suuri merkitys. (Wilskman 2012, 24.)

Syrjäytymisestä voidaan puhua sekä yhteiskunnallisella että yksilöllisellä tasolla, mutta näitä kahta tasoa ei voi erottaa toisistaan. Sen vuoksi osallisuuden vahvistamiseksi tarvitaan sekä yhteiskuntapoliittisia toimenpiteitä, mutta myös kuntouttavia ja yksilöllisiä toimenpiteitä. Erityisesti työttömyyden pitkäaikaistumista pidetään keskeisenä syrjäytymistä aiheuttavana tekijänä. Työn katsotaankin antavan yksilölle sosiaalista merkitystä sen tuoman taloudellisen merkityksen lisäksi. Työtä pidetään Suomessa arvossa ja sen kautta on helppo integroitua yhteiskuntaan. Sosiaalityössä esimerkiksi toimeentulotukiasiakkaiden aktivoimisella työelämään on iso merkitys. Usein oikeus toimeentuloturvaan liitetään tiiviisti siihen, että asiakas osallistuu myös työllistymistä edistäviin toimenpiteisiin, kuten ammattitaitoa päivittäville kursseille. Tämä kuitenkin velvoittaa asiakasta, sillä jos asiakas ei osallistu työllisyyttä edistäviin toimenpiteisiin, voidaan häneltä lakkauttaa tai alentaa toimeentulotuki määräajaksi. Tällaista menettelyä on kritisoitu esimerkiksi työttömiin kohdistuvaksi kurinpidoksi. Lisäksi on kritisoitu sitä, että syrjäytymistä työmarkkinoilta ja yhteiskunnasta pyritään ehkäisemään pakkokeinoin ilman työttömän omaa itsemääräämisoikeutta, jossa viranomaiset tietävät työtöntä henkilöä paremmin mikä on hänelle itselleen parhaaksi. (Raunio 2009, 273–277.)

Työttömän aktivoimisella voidaan katsoa olevan myös hyviä vaikutuksia. Se vähentää passiivista sosiaaliturvan varassa elämistä ja syrjäytymistä yhteiskunnan normaaleista toiminnoista. Taakse kätkeytyy ajatusmalli, jossa ajatellaan, että kansalaisella ei voi olla vain yksinomaan oikeutta sosiaaliturvaan, vaan kansalaisella on myös velvollisuus yhteiskunnalliseen osallisuuteen. Pidemmän päälle aktivoinnilla katsotaan siis olevan omaehtoisen toimeentulon hankkimasta edistävä vaikutus. (Raunio 2009, 277.)

Nuorten syrjäytymisen ehkäisy on hyvin monitahoinen ja lukuisista eri toimenpiteistä muodostuva kokonaisuus. Syrjäytymistä ehkäiseviä toimenpiteitä toteutetaan useilla eri hallinnonaloilla ja eri hallinnonalojen välisesti. Paikallistasolla syrjäytymistä pyritään ehkäisemään moniammatillisen yhteistyön kautta. Valtiontalouden tarkastuskertomuksen mukaan nykyinen lainsäädäntö ei kuitenkaan tue parhaimmalla mahdollisella tavalla moniammatillista yhteistyötä. Ongelmat liittyvät usein esimerkiksi salassapitosäännösten tulkintaan, mikä hankaloittaa nuoren tilanteeseen puuttumista. Syrjäytymisen ehkäisemiseen liittyvät käsitteet ovat monesti hyvin tulkinnanvaraisia ja sanana syrjäytyminen voi olla leimaava. Käytännön työssä syrjäytyminen on kuitenkin yläkäsite, sillä kukaan työntekijä tuskin lähtee ”parantamaan” nuoren syrjäytymistä, vaan keskittyy syrjäytymistä lisänneeseen konkreettiseen ilmiöön, kuten työttömyyteen, päihteidenkäyttöön tai koulun keskeytymiseen. (Nuorten syrjäytymisen ehkäisy 2007, 8, 15.)

Lasten ja nuorten syrjäytymisen ennaltaehkäisy on yksi iso osa-alue myös kouluja koskevaa lainsäädäntöä sekä opetussuunnitelmia. Erityisen tärkeänä pidetään syrjäytymisen ehkäisyä heidän kohdallaan, jotka eivät peruskoulun jälkeen saa koulutuspaikkaa tai keskeyttävät toisen asteen koulutuksen. Koulutuksen ulkopuolelle jäämistä pidetään nuoren kohdalla suurena riskinä syrjäytymiselle, joka voi pahimmassa tapauksessa johtaa yhteiskunnasta eristäytymiseen. Näitä nuoria kutsutaan niin sanotuiksi koulupudokkaiksi. (Ahola & Galli 2010, 132.) Syrjäytymisessä voidaan erottaa riski- ja vaaratilanteita, joita ovat esimerkiksi nuoren koulutuksesta jääminen tai työttömäksi joutuminen (Laine, Hyväri & Vuokila-Oikonen 2010, 13).

Syrjäytymisen ehkäisyssä on siis olemassa lukuisia eri osatekijöitä ja vaihtoehtoja. Jo neuvolassa annettavalla varhaisen vuorovaikutuksen tuella katsotaan olevan syrjäytymistä ehkäisevä vaikutus. Esimerkiksi peruskouluissa toteutettava KiVa-kouluhanke pyrkii vähentämään syrjäytymistä. (Wilskman 2012, 24.) Syrjäytymisen vähentämisessä ihmisten keskinäinen tuki ja auttaminen korostuvat. Vapaaehtoistyön ja ammattilaisuuden yhteistyön katsotaan olevan tärkeää. Keskinäisen tuen ja yhteisöllisten verkostojen myötä ihmisten osallisuutta voidaan vahvistaa. (Laine, Hyväri & Vuokila-Oikonen 2010, 19.)

### 3.2 Osallisuus

Lähde-hankkeen yhtenä tavoitteena on lisätä nuorten osallisuutta. Jelppari-toiminnassa pyritään ennaltaehkäisemään nuorten syrjäytymistä ja täten parantamaan nuoren osallisuutta. Toiminnassa ei haluta keskittyä ongelmien määrittelyyn. Sen sijaan nuoren elämää lähestytään voimavarakeskeisesti ja pyritään parantamaan nuoren osallisuutta omassa ympäristössään. (Lähde-hanke 2012).

Pääministeri Jyrki Kataisen hallitusohjelmaan on kirjattu nuorten yhteiskuntatakuu, jolla pyritään edistämään nuorten työllisyyttä sekä ehkäisemään syrjäytymistä (Nuorten yhteiskuntatakuu-työryhmä 2012, 6). Nuorisotakuulla tarkoitetaan sitä, että viimeistään kolmen kuukauden kuluessa työnhaun alkamisesta nuorelle tarjotaan palvelu tai toimenpide, jolla parannetaan nuoren mahdollisuuksia pärjätä työmarkkinoilla tai löytää työpaikka (Työ- ja elinkeinoministeriö 2013). Yhteiskuntatakuun avulla pyritään vaikuttamaan juuri nuoren osallisuuden parantamiseen. Yhteiskuntatakuu perustuukin Public-Private-People-Partnershipmalliin, jossa nuoret ovat itse osallisia, aktiivisia toimijoita ja oman tulevaisuutensa tekijöitä. (Nuorten yhteiskuntatakuu-työryhmä 2012, 6). Nuorten osallisuuden tukeminen on siis jo yhteiskunnallisestikin merkille pantu asia, sillä on huomattu, että osa nuorista tarvitsee kohdennettua tukia ja palveluita, jotta heidän osallisuutensa yhteiskunnassa ei heikkenisi merkittävästi. (Nuorten yhteiskuntatakuu-työryhmä 2012, 13).

Osallisuus liittyy siihen, miten yksilö kokee kuuluvansa yhteisöön ja yhteiskuntaan esimerkiksi harrastuksensa tai työnsä kautta. Osallisuus nähdään syrjäytyminen vastavoimana, ja sillä tarkoitetaan, että esimerkiksi vapaaehtoistyö lisää yksilön osallisuuden kokemusta ja tunnetta kuulumisesta johonkin. Osallisuus voidaan nähdä myös ydinkäsitteenä määriteltäessä sosiaalisesti kestävä kehitys. Sosiaalisesti kestävä kehitys katsotaan vaarantuvan, jos ihmiset eivät koe itseään osallisiksi. (Särkelä 2011, 154.) Osallisuus on yksilölle elintärkeä asia. Käyttäytymisanalytikko Norbert Eliasin mukaan *"vain yhteisössä elämällä ihminen voi edes ymmärtää olevansa yksilö. Ihminen voi kehittyä inhimilliseksi olennoksi vain yhteisössä elämällä"*. (Kaipio 1999, 17.)

Osallisuus on käsitteenä hyvin monipuolinen ja sitä on vaikea rajata. Rinnakkaiskäsitteitä on lukuisia, kuten osallistaminen, voimaannuttaminen,

vaikuttaminen, yhteisöllisyys sekä aktiivinen kansalaisuus. Osallisuus voidaan nähdä vastavoimana syrjäytymiselle. (Särkelä-Kukko 2012, 3–4.) Jo lapsena koettu osallisuus eli se, että lapsen mielipiteitä kuunnellaan ja että mielipiteillä on vaikutusta asioihin, ehkäisee syrjäytymistä. Lapsen täytyisikin saada jo lapsena kokemuksia siitä, että hän on osallinen omaan elämäänsä ja ympäröivään yhteiskuntaan. Tämä tuo lapselle kokemuksen olevansa arvokas, mutta myös opettaa, että on asioita joihin hän voi ja joihin hän ei voi vaikuttaa. (Komi 2012, 18.)

Osallisuuden määritelmää voidaan pohtia Kiilakosken (2008, 11) mukaan sen kautta, mitä se ei ainakaan ole. Osallisuuteen käsitteenä ei kuulu välinpitämättömyys, syrjäytyminen, vieraantuminen tai osattomuus. Ihminen jolla on tunne siitä, että mikään ympärillä oleva ei kiinnosta eikä mihinkään pysty vaikuttamaan ei ole osallinen. Näin ajattelevalla ihmisellä on käsitys siitä, ettei mitään kannata tehdä, sillä omilla teoilla ei ole vaikutusta.

Osallisuudessa voidaan nähdä sekä yhteisöllinen että yksilöllinen elementti. Jokaisen tulisi tuntea itsensä arvokkaaksi ihmisenä ja yhteisön tulisi mahdollistaa osallisuus. Kukaan ei pysty olemaan osallinen yksin. Osallisuus on oikeutta omaan identiteettiin tärkeänä osana yhteisöä. Osallisuus edellyttääkin vallan sekä vastuun jakamista ryhmän sisällä ja että yksilöllä on tilaa ja mahdollisuuksia toimia. Osallisuuden voidaan siis katsoa olevan oikeuksia, mutta myös velvollisuuksia sekä kuulumista ja vastuun kantamista. (Ahokas 2012, 6–7.)

### 3.3 Voimaantuminen

Voimaantumisen käsite työssämme liittyy läheisesti osallisuuden käsitykseen. Lähestymistavan täytyy olla voimavaralähtöinen, kun nuorta lähestytään ja pyritään parantamaan nuoren osallisuutta. Voimaantuminen lisää ihmisen hyvinvointia ja jaksamista (Siitonen 2000, 61). Voimavaralähtöisyys korvataan usein voimaantumisen käsitteellä. Voimaantuminen on eräs käännöksistä englanninkieliselle käsitteelle empowerment, ja sillä tarkoitetaan henkilön sisäisen voiman tunnetta. Muita käännöksiä sanalle ovat muun muassa valtaistaminen ja vahvistuminen. (Jämsen-Haarala 2010, 14–15.) Voimaantumiseen terminä liittyy ihmisen lisääntynyt kyky tehdä omaan elämäänsä vaikuttavia päätöksiä. Lisäksi voimaantumiseen liittyy ihmisen kyky asettaa tavoitteita, joiden kautta ihminen pyrkii parantamaan omaa elämänlaatuaan. (Shardlow 2002, 38.) Martin Fordin motivoiva systeemiteoria

määrittelee motivaation koostuvan tavoitteista, tunteista ja henkilökohtaisista uskomuksista (Richardson 2009, 5).

Toinen ihminen ei voi antaa voimaa toiselle, sillä voimaantumisen ajatellaan aina lähtevän ihmisestä itsestään. Voimaantumisen katsotaan olevan jokaisen ihmisen henkilökohtainen prosessi, mihin vaikuttavat esimerkiksi toimintaympäristö.(Siitonen 2000, 14.) Ihminen tarvitsee voimaantumiseen oman havahtumisen. Yksilön täytyy ymmärtää ja arvioida omaa tilannettaan realistisesti. (Hentinen, Iija & Mattila 2009, 109.) Voimaantuminen on osittain myös sosiaalinen prosessi. Avoin ja turvallinen ilmapiiri edesauttavat voimaantumisessa. Myös yhteisten tavoitteiden asettaminen ja toisten arvostaminen vaikuttavat voimaantumiseen. Kun voimaantumisen prosessi on valmis, ihminen kokee määräävänsä itse itseään ja olevan ulkoisesta pakosta vapaa. (Siitonen 2000, 169.) Voimaantuessaan ihmiset kokevat itsensä itsenäisiksi ja riippumattomiksi kasvattaen sosiaalista ja persoonallista voimaa itsessään. Tämän myötä ihmisten luottamus yhteistoimintaa kohtaan kasvaa sekä keskinäinen riippuvuus lisääntyy. (Hentinen ym. 2009, 106–107.)

Muutokset kuluttavat nykyajan ihmisten ja ryhmien voimavaroja. Työn menettäminen, sairastuminen tai elämän siirtymävaiheet tuottavat ihmisille huolta, mistä selviytymisiin tarvitaan tukea arjenhallintaan. Kun yksilön omat voimavarot eivät riitä kohtaamaan arjen keskellä haasteita, syrjäytymisriski kasvaa. Tällöin sosiaalisen tuen saannilla on merkitystä ihmisen hyvinvoinnin kannalta. (Hentinen ym. 2009, 106–108.)On tärkeää kuitenkin muistaa, että ammattilainen ei yksin pysty voimaannuttamaan ketään ihmistä, vaan voimaantuminen vaatii aina syntyäkseen ihmisen omia oivalluksia ja voiman käyttämistä myönteisellä tavalla (Ruoho 2006, 11).

Voimaantumista tapahtuu vuorovaikutuksessa auttajan ja autettavan välillä. Tässä tarvitaan välittämisen ja turvallisuuden tunnetta auttamissuhteessa. Vaadittavia asioita autettavan voimaantumiseen ovat myös luottamus ja avoimuus. Voimaantuminen näkyy usein ihmisessä tunteiden tasolla, joka voi tarkoittaa esimerkiksi sitä, että tässä tapauksessa autettava nuori voi alkaa nauttia elämästä enemmän ja ahdistus voi helpottaa tai ainakin vähentyä. Voimaantuminen näkyy usein myös elämänhallinnan taitoina, jolloin nuori voi alkaa ottaa paremmin vastuuta omasta elämästään ja arjestaan. (Vilen, Leppämäki & Ekström 2008, 24–25.)

Voimaantumiseen liittyy läheisenä käsitteenä motivaatio, joka kertoo juuri henkilön sisäisestä voiman tunteesta. Motivaatio eroaa voimaantumisesta siten,



että toisen ihmisen voidaan katsoa vaikuttavan toisen motivaatioon. Motivaatio liittyy toisen tai ryhmän motivaatioon, jolloin muilla ihmisillä on merkitystä motivaation löytämisessä. (Siitonen 2000, 97.)

### 3.4 Vapaaehtoistoiminta

Vapaaehtoistoiminta on vuosikymmenten aikana tunnettu monella eri käsitteellä, kuten talkootyö, vapaahuoltotyö, hyväntekeväisyys sekä vapaaehtoisuus. Nämä kaikki käsitteet kertovat siitä, kuinka moninainen vapaaehtoistoiminnan kenttä on. Vapaaehtoistoiminnan sanotaan olevan palkaton ja vapaasta tahdosta lähtöisin oleva yleishyödyllinen toiminta, jonka taustalla on usein jokin järjestö. Vapaaehtoistoiminnassa mukana olevat saavat itse määritellä toimintaan käyttämänsä ajan ja toiminnan muodon. Näin vapaaehtoistoiminta ei ylitä kenenkään omia voimavaroja. (Harju, Niemelä, Ripatti, Siivonen & Särkelä 2001, 34.; Nylund & Yeung 2005, 14–15).

Vapaaehtoistoiminta sopii eri ihmisille eri aikaan elämässä. Jokaisella on oma tapa elää elämäänsä, joten kaikkien elämänrytmiin vapaaehtoistoiminta ei kaikkina elämänvaiheina sovi. Vapaaehtoistoiminta tarjoaa uusien ihmisten kohtaamispaikan, joten monelle ihmiselle tämä tarjoaa kaivattua muutosta elämään. (Nylund & Yeung 2005, 15.) Varsinkin nuoret suhtautuvat vapaaehtoistoihinaan varsin positiivisesti. Suomalaisen kyselytutkimuksen (Yeung 2002) mukaan suomalaisista 15–24-vuotiasista nuorista 39 % on mukana vapaaehtoistoiminnassa. Mukaan toimintaan olisi valmis lähtemään 58 % nuorista. (Harju ym. 2001, 36.; Nylund & Yeung 2005, 171).

Vapaaehtoistoimintaan sisältyy paljon erilaisia arvoja ja periaatteita, jotta se toimisi mahdollisimman hyvin. Vapaaehtoistoiminnantarkoituksen tuottaa jokaiselle osapuolelle iloa. Vapaaehtoistoiminnassa niin sanotun auttajan ja autettavan on molempien tarkoitus saada vuorovaikutuksesta jotakin. Toiminnan tulisi olla tasa-arvoista erilaisuudesta riippumatta. Voidaankin ajatella erilaisuuden parhaimmillaan rikastuttavan ihmisiä. (Harju ym. 2001, 34,36.)

Vapaaehtoistoiminta ei ole ammattityötä. Vapaaehtoistoimijat toimivat maallikkoina pohjana oman elämän tiedot ja taidot. Tärkeää ovat oma elämäkokemus ja elämäntaidot. Vuorovaikutuksessa toisen kanssa korostuvat luotettavuus, oma persoona ja rohkaiseminen. Vapaaehtoistoimijan ei tule luvata sellaista, mitä ei voi toteuttaa. Liikaa neuvojen antamista ja ohjeistusta tulisi välttää, sillä jokainen tekee omat päätöksensä itse. Tämä on yksi

kansalaisen perusoikeuksista. Vapaaehtoistoimijan ja ammattilaisen erottaa se, että ammattilaista ohjaa lainsäädäntö, ammattilaisen käsitteistö ja tulkinta. Vapaaehtoistoimijan odotetaan olevan ikään kuin kanssakulkija, kuuntelija ja tukija. (Harju ym. 2001, 34–36.)

Vapaaehtoistoinnassa myös itse toimijalla on paljon oikeuksia. Vapaaehtoiset saavat yleensä koulutuksen toimintaan ja heillä on oikeus saada tukea toiminnan aikana. Vapaaehtoistointa voi olla haastavaa ja kuormittavaa, joten ketään ei ole tarkoitus jättää yksin. Vapaaehtoinen toimii parhaan kykynsä ja taitonsa mukaan. "Vapaaehtoisella on tavallisen ihmisen vastuu lähimmäisestään." (Harju ym. 2001, 35).

Jokaisen ihmisen tarve vapaaehtoiselle tukihenkilölle on erilainen. Koulu voi sujua hyvin, mutta esimerkiksi kynnys uuden harrastuksen aloittamiselle voi olla suuri. Tällöin vapaaehtoinen voi ohjata autettavan harrastuksen pariin ja näin etsiä yhdessä sisältöä nuoren elämään. Teot eivät välttämättä ole kovin suuria, mutta pienetkin asiat, kuten harrastuksen yhdessä etsiminen voi auttaa pitkälle eteenpäin. (Salminen 2012, 11.)

## 4 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN KUVAUS

Jelppari-käsikirjan tarkoituksena on vahvistaa Jelpparien taitoja tukihenkilötoiminnassa osallisuuden näkökulmasta. Kehittämistehtäväksemme rajasimme kysymyksen: mitä tietoa Jelppari-tarvitsee, jotta voi toimia auttajana/tukihenkilönä syrjäytymisvaarassa olevalle/jo syrjäytyneelle nuorelle? Tämän kysymyksen pohjalta muodostimme apukysymyksiä, joita olivat: Mitä käsitteet syrjäytyminen, osallisuus, voimaantuminen ja vapaaehtoistoiminta käsitteinä tarkoittavat? Kuinka nuoren osallisuutta vahvistetaan? Mistä asioista vapaaehtoistoiminta muodostuu? Näiden kysymysten pohjalta saimme vastattua kehittämistehtäväämme ja näin kehittämistehtävä sekä avainkäsitteet limittyivät yhteen.

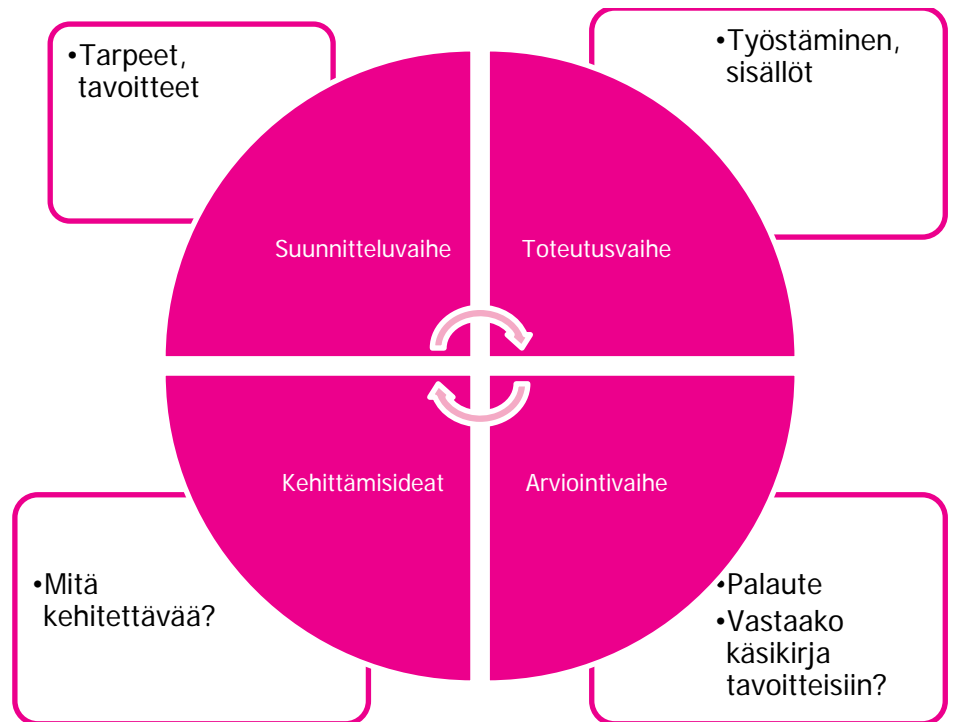
Avainkäsitteiksi muodostuivat syrjäytyminen, osallisuus, voimaantuminen vapaaehtoistoiminta sekä Deming-ympyrä. Deming-ympyrän käyttö helpotti työmme tuotteistamisprosessin kuvaamista. Valitsimme opinnäytetyömme näkökulmaksi osallisuuden vahvistamisen, sillä se on hyvin tärkeä osa Jelppari-koulutusta sekä Jelppari-käsikirjaa. Jelppari-käsikirjan sisällön määrittelyyn vaikutti osallisuuden vahvistamisen näkökulma, sillä halusimme luoda koulutettaville osallistavan ja positiivisen näkökulman auttamistyöhön.

Jotta saimme luotua työllemme kehittämistehtävän, kävimme Jelppari-koulutuksessa ja teimme yhteistyötä eri toimijoiden kanssa. Kehittämistehtävän luominen vaatii kehitettävän asian tuntemusta, joten koimme tärkeänä koulutukseen osallistumisen, jotta saimme näkökulman myös koulutettavien puolelta. Eri toimijoiden kanssa tehty yhteistyö toi moniammatillista näkökulmaa, jolloin saimme kehittämiseen kokonaisvaltaisen näkökulman ja osasimme huomioida ihmisten erilaiset tarpeet.

### 4.1 Jelppari-käsikirjan tuotteistaminen

Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö voi olla joko tutkimuksellinen tai toiminnallinen. Toiminnallista opinnäytetyötä voidaan pitää haastavana, sillä sen pitäisi toimia vuoropuheluna kootun aineiston, tuotteen ja oman ammatillisen reflektion välillä. Toiminnallisella opinnäytetyöllä pyritään esimerkiksi opastamaan, ohjeistamaan tai järjestämään jotain toimintaa. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla kansio, vihko, näyttely tai tapahtuma. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 16–19.)

Saimme opinnäytetyön ohjaavalta opettajalta neuvon tutustua Deming-ympyrään. Työstimme opinnäytetyötämme mukaillen Deming-ympyrää (kuva 1), jolloin vaiheiksi muodostuivat suunnittelu-, toteutus- ja arviointivaiheet. Viimeiseksi pohdimme saamamme palautteen kautta kehitysideoita Jelpparin-käsikirjalle.



KUVA 1. Deming-ympyrä (mukaillen PDCA Security 2010)

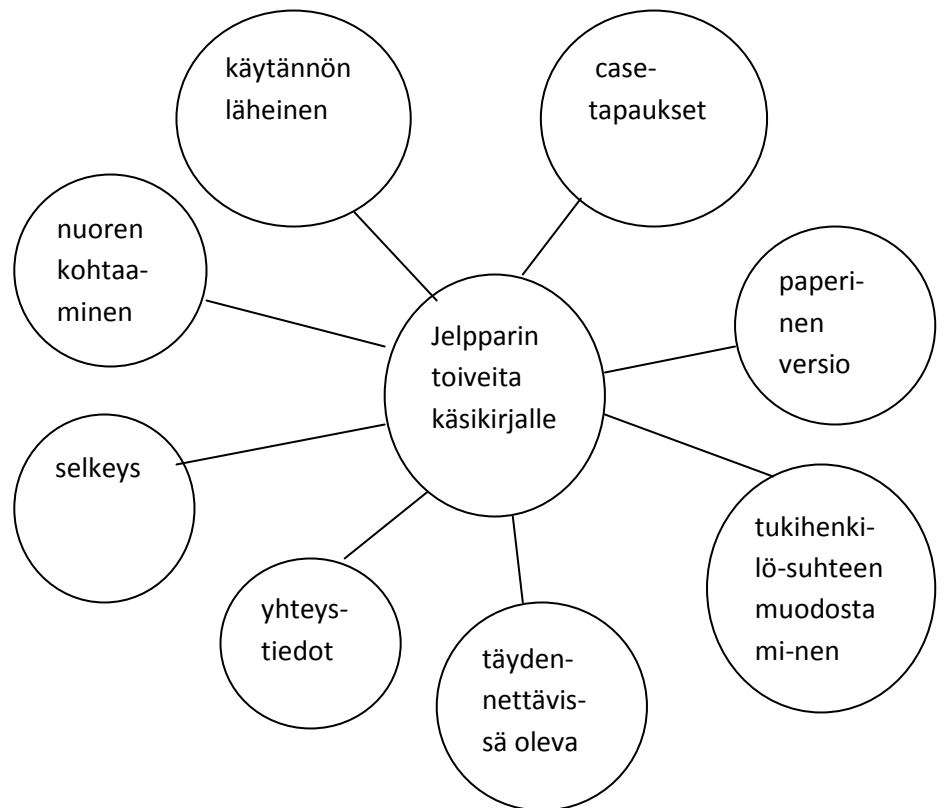
#### 4.2 Suunnitteluaihe

Tarve opinnäytetyölle hahmottui Lähde-hankkeen kanssa käydyissä palaverissa syksyn 2011 aikana. Lähde-hankkeen tavoitteena on parantaa syrjäytyneiden nuorten asemaa ja tilannetta. Tästä tavoitteesta käsin lähdimme hahmottelemaan opinnäytetyömme aihetta yhdessä hankkeen toimijoiden kanssa. Moniammatillisissa työryhmissä oli mukana muun muassa Lähde-hankkeen työntekijöitä, nuorisotyöntekijä, seurakunnan työntekijä, koulutyöntekijä, terveydenhoitaja sekä koulukuraattori. Palaverissa nousi esille se, että ammattilaisten antama tuki ei riitä syrjäytymisen ennaltaehkäisyyn, joten tukihenkilöitä olisi saatava täyttämään tätä kuilua yhteiskunnassamme, ja varsinkin hankkeen toiminta-alueella Pohjois-Savossa. Jokaisen oma näkemys nuorten tilanteesta vahvisti yhteistä tavoitetta ja niin tukihenkilöiden kouluttaminen syrjäytymisuhan alla oleville nuorille sai yhteisen päätöksen.

myötä alkaa. Meidän vastuualueeksi muodostui käsikirjan suunnittelu ja toteutus.

Tarve käsikirjalle oli suuri, sillä vapaaehtoisiksi haluttiin eri-ikäisiä ihmisiä, joilla oli erilainen koulutustausta. Näin ollen tukihenkilöksi ryhtyvien valmiudet auttaa ovat hyvin eri tasolla. Lisäksi todettiin, että koulutus ei pelkästään riitä vahvistamaan Jelpparin taitoja. Käsikirja mahdollistaisi jokaisen tulevan tukihenkilön tietojen vahvistamisen omien tarpeittensa mukaisesti. Näin koulutuksessa saatua tietoa voisi syventää koulutuksen ulkopuolella oman kiinnostuksen mukaan. Valmennusten aikana kouluttaja käyttää myös materiaalia, joka ilman käsikirjaa tulisi tulostaa joka kerta erikseen. Käsikirjaan on tarkoitus tämän myötä sisällyttää myös nämä monisteet, jolloin ne pysyisivät yksissä kansissa tallessa. Jelpparina toimimisen eri vaiheissa tulee mahdollisesti vastaan erilaisia ongelmatilanteita, joten käsikirjan tulee toimia ikään kuin manuaalina tai ohjekirjana näissä tilanteissa.

Suunnitteluvaiheessa osallistuimme Jelppari-koulutukseen Lapinlahdella ja keräsimme hyödyllistä tietoa koulutuksesta, jossa asetuimme koulutettavien kanssa samaan asemaan ja tilanteeseen. Se helpotti meitä samastumaan Jelpparin rooliin sekä palautteen ja vinkkien keräämisessä ryhmän sisältä. Koulutuksen aikana pyrimme avoimeen keskusteluun jokaisen koulutuskerran jälkeen, sillä halusimme koulutettavilta tietoa siitä, mitä he haluaisivat käsikirjaan sisältävän. Jokaisen koulutuskerran jälkeen keskustelimme koulutettavien toiveista ja pyrimme löytämään keskusteluista esille nousseet asiat käsikirjan suunnittelua varten (kuva 2). Koulutukseen osallistuvat kokivat, että käytännönläheisyys ja selkeys on tärkeää. Esille nousivat esimerkiksi case-tapaukset, joiden pohjalta mahdollisten autettavien tilanteita olisi mielenkiintoista ja hyödyllistä pohtia. Koulutuksessa tärkeäksi toiveeksi nousi myös tiedon lisääminen nuoren kohtaamisesta ja tukihenkilösuhteen muodostamisesta. Toivottiin myös, että käsikirja olisi jokaisen itsensä täydennettävissä koulutuskertojen aikana ja välillä. Lisäksi haluttiin, että samasta kirjasta löytyisi helposti ja nopeasti olennainen tieto, kuten kehen ottaa ongelmatilanteesta yhteyttä. Jelppari-koulutukseen osallistuvien toiveet ovat olennaisia käsikirjaa työstettäessä, joten käsikirjassa pyrimme ottamaan nämä tiedot huomioon.

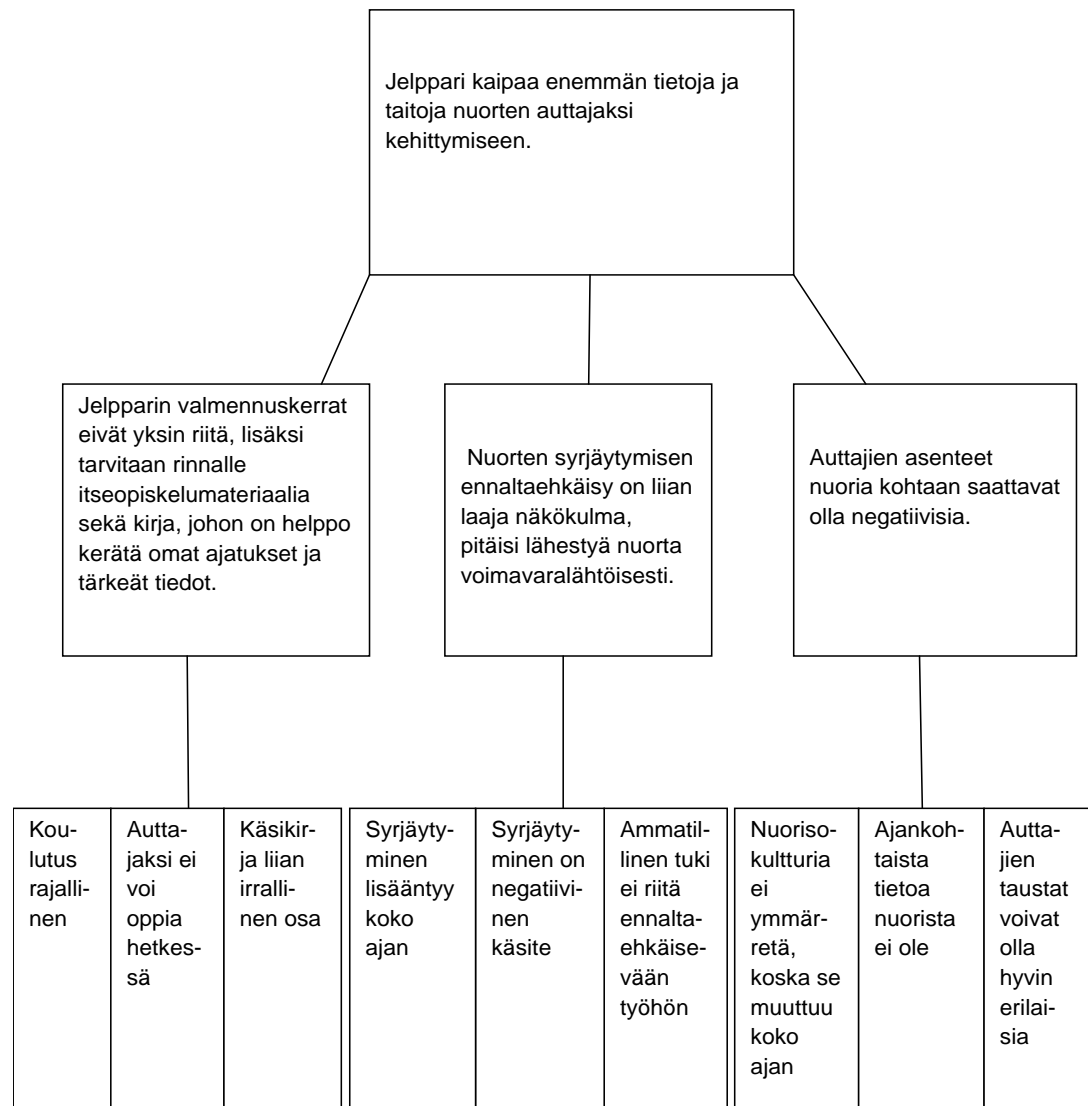


KUVA 2. Jelpparin toiveita käsikirjalle.

Suunnitteluvaiheessa etsimme myös vastaavanlaisia tuotoksia, joista saisi ideoita käsikirjaan. Huomasimme, että vastaavanlaisia käsikirjoja ei juuri ole olemassa. Mannerheimin lastensuojeluliitto järjestää tukihenkilökoulutusta, johon toinen meistä pääsi juuri sopivasti suunnitteluprosessin aikana osallistumaan ja saimme sieltä työhömmme vinkkejä. Koulutuksestasaimme ideoita siihen, millaisia asioita haluamme käsikirjan sisältöön, ja toisaalta taas saimme kokemusta siitä, millaisia asioita emme nähneet sisällössä tarpeellisina. Mannerheimin Lastensuojeluliiton koulutettavan materiaali oli tiivis paketti ja sisälsi melko paljon lakia. Halusimme saada Jelpparin käsikirjasta käytännönläheisemmän ja tuoda esille tarinoita nuorista, jotta koulutettavan mielenkiinto säilyisi läpi koulutuksen.

#### 4.2.1 Mihin käsikirjalla vastataan

Suunnitteluvaihe alkaa ongelmien määrittelyllä. Tätä tarkoitusta varten käytimme ongelmapuu-mallia (kuva 3), jossa ongelmana on sen puutteen tai tarpeen kuvaaminen, johon käsikirjalla vastataan. Pääongelmalle nimetään kuviossa enintään kolme siihen vaikuttavaa syytä. Puumallin avulla ongelmat ja niihin johtavat syyt pyritään määrittelemään täsmällisemmin. Ongelmapuuta luetaan niin, että ylempänä oleva ongelma on seurausta alla olevasta asiasta. Alemman tason asialla on siis tarkoitus vastata siihen, mistä ylemmän tason tilanne johtuu eli mitkä ovat keskeisimmät puutteet tiedossa tai osaamisessa. Näin päästään asiassa syvemmälle, ja löydetään helpommin ne asiat mitkä käsikirjaan tulee sisällyttää. (Viita 20.11.2012).



KUVA 3. Ongelmapuu

Ennen käsikirjan suunnitteluvaiheen aloitusta olimme osallistuneet Lähdehankkeen Lapinlahden paikallisryhmän palavereihin, jossa Jelppari-valmennusta on suunniteltu ja toteutettu. Tämä oli ehdottoman tärkeää, jotta pääsimme kunnolla perille mistä asiassa oli kyse, ja saimme mahdollisimman hyvin käsikirjaan näkyville eri toimijoiden näkemykset. Ennen ongelmapuomallin käyttöä keräsimme paperille myös eri palaverissa nousseita kommentteja toimeksiantajan edustajalta sekä eri yhteistyökumppaneilta. Seurakunnan tai kunnan nuorisotyötä tekevillä on todella arvokasta ja ajankohtaista tietoa kohderyhmämme nuorista, ja tiedoista/taidoista, joita käsikirjaan heidän kokemustensa perusteella tulisi sisällyttää. Palaverissa puhuttiin paljon esimerkiksi siitä, että Jelppari ei missään nimessä ole ammatillinen tukihenkilö. Jelpparin täytyy siitä huolimatta tehdä laadukasta tukihenkilötyötä. Tämä tulee käytännössä näkymään esimerkiksi siinä, että Jelppari-tiimin paikallinen järjestäjä (esimerkiksi kunnallinen nuorisotoimi) haastattelee Jelppariksi haluavan, ja on mukana myös Jelpparin ja Jelpattavan ensimmäisellä tapaamiskerralla.

Ongelmapuun myötä havaitsemaksemme ongelmaksi nousi Jelpparin tiedon puute nuorten tukihenkilötoiminnasta. Syitä tälle puutteelle ovat koulutuksen riittämättömyys, syrjäytymisen laaja näkökulma sekä auttajien mahdolliset negatiiviset asenteet nuoria kohtaan. Koulutuksen riittämättömyydestä kertoo koulutuksen rajallinen aika sekä jokaisen henkilökohtaiseen auttajaksi muotoutumisen prosessiin kuluva aika. Kukaan ei kehity tukihenkilöksi hetkessä muutaman koulutustunnin jälkeen. Näiden lisäksi Jelpparin-käsikirjasta voisi tulla liian irrallinen osa koulutusta, jolloin koulutus ja käsikirja eivät käsittele samoja teemoja ja asioita on vaikea sisäistää. Tämän vuoksi käsikirjaa suunniteltaessa oli tärkeää huomioida olemassa oleva koulutusopas suunnittelun pohjaksi.

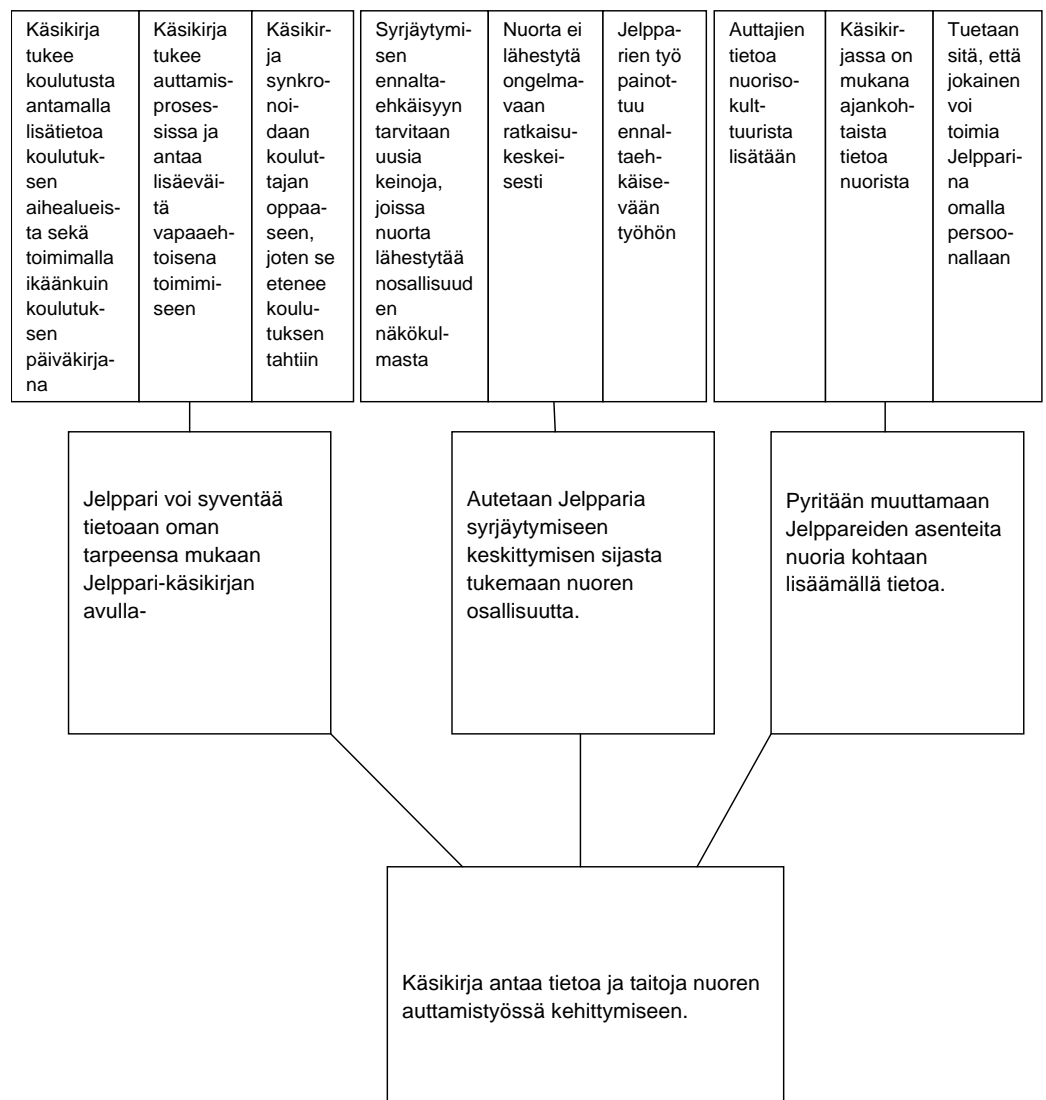
Osalla Jelppari-koulutukseen osallistuvista voi olla negatiivisia asenteita nuoria kohtaan. Tämä voi johtua siitä, että tämänhetkistä nuorisokulttuuria ei ymmärretä, sillä se muuttuu koko ajan. Nuorista ei ole ajankohtaista tietoa saatavilla eikä nuorten ajatuksia tuoda tarpeeksi paljon esille. Lisäksi jokainen tukihenkilöksi aikova on hyvin erilainen persoona, jolloin nuoria ja heidän elämänsä katsotaan hyvin eri näkökulmista. Halusimme ongelmapuussa myös tuoda esille asenteen merkityksen. Syrjäytyminen on sinällään hyvin kielteinen sana, joten halusimme lähestyä asiaa voimavaralähtöisesti. Ongelmapuun myötä saimme käsikirjalle tavoitteet käyttämällä tavoitepuuta. Tavoitepuu kertoo tulevan käsikirjan sisällöt ja ne asiat, joilla käsikirjalla pyritään.



Ongelmapuusta edetään ikään kuin kääntämällä ongelmapuu tavoitepuuksi. Jokaisen puun eri tasoilla olevan ongelman suhteen esitetään kysymys: miten olisi jos ongelma on poistunut tai helpottunut. Tämä asia kirjataan tavoitteeksi, ja näin ollen saadaan muodostettua tavoitepuu (kuva 4). (Viita 20.11.2012).

#### 4.2.2 Käsikirjan tavoitteet

Tavoitepuu oli tarkoitus työstää ongelmapuun jälkeen, sillä tavoitepuulla ongelmat muutettiin tavoitteiksi. Tavoitepuun alemmilla tasoilla selvitettiin ratkaisut, joiden avulla asiat voitiin saavuttaa. Tavoitepuulla saatiin esille konkreettisia työvälineitä tavoitteiden saavuttamiseksi. Tavoitepuun avulla saimme muodostettua työllemme päätavoitteen, joka oli se, että käsikirjan täytyi antaa tietoja ja taitoja nuoren auttamistyössä kehittymiseen. (Viita 20.11.2012).



KUVA 4. Tavoitepuu

Tavoitepuuta käyttämällä käsikirjan tavoitteeksi muodostuivat auttamistyössä olevan tukihenkilön tietojen ja taitojen lisääminen Jelppari-käsikirjalla. Jelppari-käsikirjan ansioista jokainen auttajatyöhön ryhtyvä voisi omien kokemuksensa ja taitojensa mukaan syventää tietoaan omien tarpeidensa mukaan. Käsikirjaa tulisi voida täydentää ja tietoa tulisi voida oman kiinnostuksen mukaan etsiä lisää esimerkiksi internetistä. Käsikirjan tulee olla osa koulutusta, joten siinä täytyisi käsitellä samoja aiheita kuin koulutuksessa. Käsikirjan käytöstä tulee tehdä mahdollisimman helppoa koulutettavien näkökulmasta, joten kronologinen eteneminen koulutuksen ja käsikirjan välillä olisi tärkeää.

Tavoitepuussa nousi esille myös se, että syrjäytymisen negatiivisen merkityksen vuoksi Jelpparia tulisi kannustaa nuoren osallisuuden tukemiseen. Näin auttamistyöhön saataisiin positiivisempi asenne ja leimaamisen sijasta Jelppari voisi keskittyä tukemaan nuorta osallisuuden vahvistamisessa. Nuorta ei tulisi lähestyä syyttävällä asenteella vaan ratkaisevaksi tekijäksi nousee ratkaisukeskeinen näkökulma. Jelpattavien tarinat ovat myös hyvin erilaisia ja aina ongelmat eivät ole suuria. Jelpparin työn tulisikin keskittyä ehkäisevään näkökulmaan, sillä tämä ammattilaisten työpanostus jää liian vähäiseksi ehkäisevää työtä ajatellen.

Koulutuksen ja käsikirjan myötä Jelpparin asenteita nuoria kohtaan olisi tärkeää saada muutettua positiivisemmiksi. Positiivisempiin asenteisiin voidaan vaikuttaa antamalla Jelppareille ajankohtaista tietoa nuorista sekä eri aikojen nuoriskulttuurista. Tärkeää Jelpparien sekä nuorien näkökulmasta katsottuna olisi myös oman persoonallisuuden tukeminen. Jokaisella koulutukseen osallistuvalla on oma persoona ja se nousee tärkeäksi osaksi tukihenkilötyötä.

#### 4.3 Toteutusvaihe

Toteutusvaiheen aikana suunnittelimme käsikirjan sisältöä ongelma- ja tavoitepuuta apuna käyttäen. Avainsanojen myötä etsimme työllemme teoriaa ja yhdistimme sitä käsikirjaan. Käsikirjan visuaalista ilmettä suunnitteli Lähdehanke, joten meidän tehtävä painottui sisältöön.

Toteutusvaiheessa teimme käsikirjasta kerätyn aineiston perusteella luonnosversion, mihin useassa eri luonnosteluvaiheessa pyysimme toimeksiantajalta palautetta. Teimme muutoksia nämä palautteet huomioon ottaen. Käsikirjan kanssa yhtä aikaa muodostui toimeksiantajamme työnä kouluttajan opas. Koulutusopas oli alun perin jo valmistunut aikaisemmin, mutta tuolloista versiota muokattiin vastaamaan enemmän koulutuksen

tarvetta. Toteutusvaiheen aikana vaihdoimme suunnitelmiamme puolin ja toisin hankkeen kanssa. Näin koulutuksesta ja käsikirjasta muodostuisi mahdollisimman yhtenäinen kokonaisuus.

Aloimme miettiä konkreettisia toimenpiteitä, joilla pääsisimme tavoitteisiin. Etsimme sopivaa aineistoa ja hahmottelimme myös avainsanat, joiden ympärille aloimme etsiä sopivaa teorialtietoa. Käsitesanamme sopivat ongelma- ja tavoitepuun sisältöihin ja teoriaosuutemme avaa prosessiamme selkeämmin. Olemme keränneet tavoitepuun (kuva 4) päätavoitteesta (käsikirja antaa tietoja ja taitoja nuoren auttamistyössä kehittymiseen) johdetut kolme osatavoitetta, ja niistä jokaisen osatavoitteen alle niistä johdetut sisällölliset ratkaisut.

#### 1. Jelppari voi syventää tietoaan oman tarpeensa mukaan Jelppari-käsikirjalla.

- Käsikirja tukee koulutusta antamalla lisätietoa koulutuksen aihealueista sekä toimimalla ikään kuin koulutuksen päiväkirjana. → Käsikirjaan on koottu lisälukemista eri aihealueisiin syventämään koulutuksen antia. Lisäksi käsikirjassa on muistiinpanotilaa omaa reflektiota varten.
- Käsikirja tukee auttamisprosessissa ja antaa lisäeväitä vapaaehtoisena toimimiseen. → Käsikirja etenee loogisesti lähtien auttamisen perusteista ja eettisyydestä. Myöhemmin käsikirja tarjoaa tietoa juuri Jelpparina toimimisessa tarvittavista aihealueista.
- Käsikirja synkronoidaan kouluttajan oppaaseen, joten se etenee koulutuksen tahtiin. → Käsikirjan sisältö noudattaa koulutusoppaan järjestystä.

#### 2. Autetaan Jelpparia syrjäytymiseen keskittymisen sijasta tukemaan nuoren osallisuutta

- Syrjäytymisen ennataehkäisyyn tarvitaan uusia keinoja, joissa nuorta lähestytään osallisuuden näkökulmasta. → Käsikirjassa annetaan vinkkiä, mistä löytää nuorelle lisää elämän- ja arjenhallintataitoja, sekä autetaan Jelpparia selvittämään nuoren ympärillä olevia tuki- ja taustajoukkoja.
- Nuorta ei lähestytä ongelma- vaan ratkaisukeskeisesti. → Käsikirjassa painotetaan Jelpparin olemista "ihmisenä ihmiselle". Käsikirjassa tarjotaan tietoa esimerkiksi vuorovaikutuksesta, jonka pitäisi helpottaa nuoren kanssa toimimista.
- Jelpparin työ painottuu ennaltaehkäisevään työhön. → Käsikirjassa nostetaan useasti esille, että Jelppari ei toimi ammattilaisena, vaan matalan kynnyksen tukihenkilönä.

#### 3. Pyritään muuttamaan Jelppareiden asenteita nuoria kohtaan lisäämällä tietoa.

- Auttajien tietoa nuorisokulttuurista lisätään. → Käsikirjassa on aiheeseen pohjustuksena runo, joka laittaa pohtimaan muuttunutta yhteiskuntaa ja arvoja nuorten keskuudessa.
- Käsikirjassa on mukana ajankohtaista tietoa nuorista → Käsikirjaan on koottu tarinoita ja artikkeleita aiheesta sekä linkkejä ajankohtaisille internetsivuille.
- Tuetaan sitä, että jokainen voi toimia Jelpparina omalla persoonallaan. → Käsikirjassa on esimerkiksi minäkuvalomake, jolla pyritään vahvistamaan juuri omaa persoonallisuutta ja lisäämään auttajan itsetuntemusta. Lisäksi käsikirjassa pohditaan omaa roolia auttajana.

Keräsimme käsikirjan alkuun siis perustietoa koulutuksen sisällöistä ja tavoitteista. Lisäsimme myös kirjoitustilaa, johon Jelppariksi ryhtyvä voisi kerätä tärkeitä yhteystietoja, kuten kouluttajien puhelinnumeroita tai esimerkiksi kunnan nuorisotoimen tai nuorten päihdeyhdyshenkilön numerot.

Jelppari-toiminnalla pyritään laadukkaaseen tukihenkilötoimintaan, joten käsikirjan alussa on tukihenkilötoiminnan periaatteet ja Jelppari-toiminnan arvopohja. Mielestämme oli tärkeää, että tällaiset valmennuksen avainasiat jäävät käsikirjaan, ja niihin on helppo myöhemmin palata. Tähän meitä kannusti myös se, että usealle Jelppariksi ryhtyvälle valmennukseen osallistuminen on ensimmäinen askel vapaaehtoistyöhön, joten koimme, että on tärkeää tuoda vapaaehtoistyön eettisyyttä ja toimintaperiaatteita esille. Tässä vaiheessa on tärkeää myös auttajan oman roolin pohdinta, jota auttaa käsikirjassa olevat kysymykset, kuten miksi Jelppariksi ryhtyvä on lähtenyt toimintaan mukaan tai mitä arvoja vapaaehtoisena toimimisessa pitää itse tärkeimpinä. Käsikirjan sisällöissä, kuten "mikä tai kuka on Jelppari?" tuomme esille tavoitepuusta nousseen asian siitä, että jokainen Jelppari toimii auttajana omalla persoonallaan ja vuorovaikutustaidoillaan.

Tärkeänä käytännön asiana esille nousi se, että käsikirjan täytyy edetä loogisesti koulutuksen mukaan, mutta olla myös muokattavissa valmennuksen ja siihen osallistuvan ryhmän tarpeiden mukaan. Esimerkkinä tästä on se, että käsikirja antaa mahdollisuuden käyttää eri vaihtoehtoja jos valmennusryhmä etenee nopeassa tahdissa. Tällöin valmennuksessa voidaan käyttää lisälukemistoa normaalivalmennuksen lisäksi. Tavoitepuussa yhtenä kohtana oli, että käsikirjassa on mukana ajankohtaista tietoa. Etsimme käsikirjaan ajankohtaista tietoa, jonka myötä liitimme käsikirjaan vuodelta 2012 olevan artikkelin "Syrjäytynyt nuori". Keräsimme käsikirjaan myös internetosoitteita, joista löytyisi hyödyllistä tietoa ja vinkkejä sekä Jelpparille että Jelpattavalle. Ajankohtaisten artikkelien avulla Jelppari voi sisäistää asiat paremmin, eikä

syрjäytymisen käsite jää liian irralliseksi. Tällä vastasimme myös Jelpparien toiveeseen siitä, että käsikirjan tulisi olla käytännönläheinen. Käytännönläheisyyttä ja ajankohtaisuutta lisäsimme käsikirjaan myös ”Nuorten tukijat, toimijat ja taustajoukot”-kaaviolla, johon Jelppari voi koulutuksessa kerätä paikkakunnan tärkeitä toimijoita esimerkiksi harrastuksiin ja vaikuttamiseen liittyen.

Itse valmennuspakettiin ei ole juurikaan otettu mukaan tietoa nuorten mielenterveydestä tai päihteiden käytöstä. Kuitenkin jo suunnitteluvaiheessa tulimme yhdessä hankkeen yhteyshenkilön kanssa siihen tulokseen, että tuo tieto olisi arvokasta ja tärkeää. Käsikirjassa tämä näkyi siinä, että keräsimme käsikirjan loppuun lyhyitä ”tärppejä” aihealueista sekä internetosoitteita, joista saisi vielä hyödyllistä lisätietoa. Tavoitepuun kautta yhtenä tavoitteena oli syventää auttajaksi ryhtyvän tietoa nuorisokulttuurista. Löysimme nuorisokulttuurin liittyvän runon, joka toimii hyvänä pohjustuksena valmennuksen nuorisokulttuuriosiolle. Runon kautta Jelppari voi miettiä yhteiskunnan asenteita ja arvoja nuoria kohtaan.

Korostimme käsikirjaa tehdessämme myös tukihenkilöksi kasvamisen prosessinomaisuutta, ja halusimme tuoda joka osioon oman pohdinta-osion ”Stop and think”. Tukihenkilöksi kasvamiseen tarvitaan omaa reflektiota eri asioista auttamisena toimimiseen liittyen. Käsikirjassa halusimme korostaa myös auttajan oman persoonan merkitystä tukihenkilönä toimimisessa. Tästä syystä valitsimme sisältöön minäkuvalomakkeen, ja pyrimme eri osioissa tuomaan esille, miten eri tavoin voi toimia Jelpparina. Tästä esimerkkinä osiossa ”Mikä tai kuka on Jelppari?” kerromme miten Jelppari voi toimia esimerkiksi sosiaalisessa mediassa tai viedä Jelpattavan kalaan tai kahville. Lisäksi jokainen Jelppari voi itse määritellä kuinka paljon haluaa ”jelppaamiseen” käyttää aikaa.

#### 4.4 Arviointivaihe

Arviointia toteutimme koko opinnäytetyöprosessin ajan. Pyysimme toimeksiantajalta palautetta käsikirjasta sen edistymisen mukaan. Käsikirjan sisältöön vaikuttivat myös Lähde-hankkeen yhteistyökumppanit ja Jelppari-koulutuksen vetäjät, sillä Jelppari-koulutuksia järjestettiin käsikirjan työstämisen aikana ilman materiaalia. Näin kouluttaja osasi nostaa esille asioita, mitä hänen mielestään koulutuksen aikana olisi tärkeää käsitellä. Käytännön kokemus koulutuksesta vahvisti vielä käsittelemiemme aiheiden valintaa.

Arviointivaiheen aikana Lähde-hankkeen työntekijät antoivat meille palautetta tuotoksestamme. Hyödyntämällä palautetta teimme muutoksia, mitkä olivat vielä tässä vaiheessa mahdollisia. Muutoksia teimme tässä vaiheessa vielä lähdeviitteisiin, sillä ne olivat käsikirjassa epäselvästi esillä. Lähde-hankkeen antaman palautte auttoi meitä miettimään, mitä olisimme voineet tehdä toisin projektin aikana.

#### 4.4.1 Prosessiarviointi

Taulukkoon 1 olemme koonneet hankkeelta saatua palautetta, ja miettinneet mitä olisimme voineet tehdä toisin prosessin aikana. Kaiken kaikkiaan olisi alusta alkaen pitänyt tehdä selkeämpi prosessi- ja aikataulusuunnitelma, joka olisi yhdessä hankkeen kanssa vielä käyty läpi kohta kohdalta. Prosessin analysointi on kuitenkin opettanut meille paljon.

TAULUKKO 1. Hankkeen palaute työskentelyprosessista (Tapaninen 26.2.2013).

Hankkeelta saatu palaute	Mitä olisi voitu tehdä toisin?
Hanke olisi toivonut meidän keraävän enemmän näkemyksiä tuotteen tulevilta käyttäjiltä esimerkiksi haastattelemalla heitä.	Kevään 2012 aikana olisimme voineet suunnitella haastattelurungon käsikirjan asiasisältöjen pohjalta ja toteuttaa haastattelun esimerkiksi kolmannen sektorin toimijoiden kautta.
Opinnäytetyön prosessi kokonaisuutena jäi epäselväksi, jolloin yhteistyö ja työnjako ei jäsentynyt parhaalla mahdollisella tavalla.	Yhteisissä palavereissa olisi voinut sopia opinnäytetyöme prosessia koskevista asioista tarkemmin. Hankkeen toimijat muuttuivat prosessin aikana, jolloin olisi ollut tärkeääsopia yhteisistä käytännöistä. Aikataulutetusta suunnitelmasta olisi ollut apua.
Hankkeen projektityöntekijän rooli työn etenemisessä oli liian suuri.	Olisi ollut tärkeää tehdä kunnollinen suunnitelma siitä, kuinka tavoitteisiin saadaan vastattua. Yhteisen suunnitelman myötä työnjako olisi ollut selvempi hankkeen ja opiskelijoiden välillä.

#### 4.4.2 Tavoitteiden toteutumisen arviointi

Saadun palautteen ja sen perusteella tehtyjen muutosten jälkeen laadimme käsikirjan, jonka annoimme toimeksiantajalle testattavaksi. Tarkistusvaiheessa peilasimme käsikirjaa tavoitteisiimme ja pohdimme, toteutuuko käsikirjalle asetetut tavoitteet sen käyttöönoton myötä. Tavoitteitamme käsikirjalle olivat käsikirjan ja koulutuspaketin yhteneväisyys, antaa Jelpparille keinoja vahvistaa nuoren osallisuutta, auttaa jokaista Jelpparia vahvistamaan yksilöllisiä tarpeitaan Jelpparina sekä tuottaa uusia keinoja ehkäistä nuorten syrjäytymistä.

Tavoitteiden toteutumista arvioitaessa voidaan todeta, että käsikirja ja kouluttajan opas käsittelevät samoja teemoja. Kouluttajan oppaassa on enemmän materiaalia kouluttajalle, kun käsikirjassa taas materiaali on suunnattu Jelpparille ja hänen tietojen lisäämiseen omien tarpeiden mukaan. Teemat oppaassa ja käsikirjassa ovat kuitenkin samat, joten käsikirja helpottaa kouluttajan työtä. Nuoren osallisuuden vahvistamiseen pyrimme tuomalla käsikirjaan neuvoja tukisuhteen muodostumisesta sekä vuorovaikutustaidoista. Käsikirjan osuus ”nuoren kohtaaminen” esimerkiksi antaa käytännön neuvoja nuoren kohtaamiseen ja tukisuhteen muodostamiseen nuoren kanssa. Kotitehtäväksi aiheeseen liitimme ympärillä tapahtuvan vuorovaikutuksen havainnoinnin, jonka myötä Jelpparin käsitys erilaisista vuorovaikutuksen tavoista ja kulttuureista syventyisi. Osallisuuden vahvistamisessa tärkeää on myös Jelpparin omien voimavarojen sisäistäminen. Tähän prosessiin käsikirjalla vastataan erilaisilla tehtävillä Jelpparin omasta tukiverkostosta sekä omien vahvuuksien esille tuomisesta. Osallisuuden tavoitteen toteuttaminen oli haastavaa. Mietimme, voiko nuoren osallisuuden vahvistamisen taitoja saada toteutettua käsikirjaa hyödyntäen vai tarvittaisiinko siihen enemmän osallistavaa toimintaa. Toisaalta ajatteleimme, että kouluttajan tehtävänä on pitää erilaisia ryhmätehtäviä, jonka myötä vuorovaikutustaitoja ja osallistavaa työtä käytetään kouluttamisen välineenä.

Jokaisen Jelpparin tausta on hyvin erilainen, joten Jelpparin yksilöllisten ja toisistaan eroavien Jelpparina toimimisen taitojen vahvistaminen on olennainen osa käsikirjaa. Hankaluutta tähän tuotti se, kuinka saamme käsikirjaan kaikille tarpeellisen tiedon esille. Osalla koulutettavista ei ole tietoa laisinkaan tukihenkilötoiminnasta ja nuorten elämästä, joillakin sitä tietoa saattaa taas olla paljon enemmän. Loimme käsikirjaan lisälukemiston sekä sivuston erilaisista internetaineistoista, joiden myötä jokainen voi hankkia lisätietoa. Näemme

myös käsikirjaan sisällytetyt case-tarinat hyödyllisinä oppimisen välineenä, sillä niiden kautta esille voidaan tuoda erilaisia näkökulmia tilanteen kulusta ja seurauksista.

Jelppari-toiminnalla vastataan hyvin matalan kynnyksen toimintaan. Tuen saaminen ei vaadi suuria ongelmia ja tukea voi saada tavan ihmiseltä. Toiminta mahdollistaa nuorten ongelmiin puuttumisen varhaisessa vaiheessa, jolloin tilanteet eivät ehdi kasautua liian suuriksi. Ehkäisevän työn merkitys korostuu myös nuorten kohdalla, joten toiminnan laajempi käyttöön otto voisi vaikuttaa syrjäytymisen ilmiöön positiivisesti ja jopa vähentää sitä. Toiminnan käyttöönotto sekä menetelmän levittäminen vaatii kuitenkin suurempia tekoja, joten pelkällä Jelppari-käsikirjalla tähän ei pystytä. Jos tulevaisuudessa koulutuksesta saatu hyöty nähdään positiivisena ja nuoria avun tarvitsijoita saadaan Jelppari-toiminnan piiriin, voisi toiminta laajentua.

Tarkistusvaiheessa opponenttimme toimi ulkopuolisena asiantuntija-arvioijana. Opponenttimme antoi neuvoja muun muassa ulkoasua ja kirjoitusta koskien sekä sisällöllisiä puutteita kohtaan. Ulkopuolisen asiantuntijan rooli oli tässä vaiheessa mielestämme tärkeä, sillä hän näki käsikirjan enemmän koulutettavan näkökulmasta, mihin itse emme olisi pystyneet työstämisprosessin aikana muuttamaan.

#### 4.5 Kehitysideat

Jelppari-koulutukset alkavat Lähde-hankkeen pilottiryhmien toimesta kevään 2013 aikana, jolloin sitä on tarkoitus ottaa käyttöön useamman kunnan koulutuksissa. Toimintavaiheen aikana havaitut parannusehdotukset ovat muokattavissa käsikirjan sähköisen version ansiosta, joten jos koulutus esimerkiksi uudistuu, voi hanke tehdä kirjaan tarvittavat muutokset. Deming-ympyrän mukainen jatkuva arviointi toteutuu koko käsikirjan työstämis- ja testausvaiheissa. Jatkovaa arviointia olisimme voineet kuitenkin laajentaa haastatteluilla, jolloin olisimme saaneet esimerkiksi tukihenkilöiden näkemyksen käsikirjasta esille. Tämän seurauksena käsikirjaan olisi ollut mahdollista tehdä vielä muutoksia ja tuoda tarpeellista tietoa lisää. Toisaalta koimme haastateltavien etsimisen hankalana, sillä koulutukset ovat olleet vähäisiä ja haastattelun suunnittelu ja toteutus olisi vienyt aikaa. Haastattelujen toteutumista olisivat kuitenkin edistäneet tarkasti laadittu aikataulu ja suunnitelma, mitkä jäivät prosessin aikana osittain vajaiksi. Toimeksiantajamme kommentoi käsikirjaamme yhdessä koulutuksen vetäjien



kanssa koko prosessin ajan ja opinnäytetyömme ohjaava opettaja antoi palautetta ja neuvoja teorian ja käsikirjan kytkeytymisestä toisiinsa.

Jos alkaisimme tekemään käsikirjaa uudelleen, olisimme huomattavasti viisaampia suunnittelun ja toteutuksen suhteen. Deming-ympyrä osoittautui toimivaksi tämän kaltaisessa kehittämistyössä, ja esimerkiksi ongelma- ja tavoitepuu olivat käytännönläheinen tapa jäsentää kokonaisuutta ja suunnitelmaa, sekä alkaa siirtää suunnitelmaa toteutusvaiheeseen. Tavoitepuumallilla mahdollista olisi ollut esimerkiksi haastattelujen tekeminen kolmannen sektorin toimijoille. Tavoitepuusta olisimme saaneet johdettua hyviä haastattelukysymyksiä. Näillä kysymyksillä olisimme saaneet koulutettavien näkökulman paremmin esille.

Alusta alkaen olisi ollut tärkeää lyödä lukkoon tietyt reunaehdot toimeksiantajan kanssa. Tällä tarkoitamme esimerkiksi sitä, että olisimme tehneet jo prosessin alkuvaiheessa toimeksiantajan kanssa yhteisen suunnitelman käsikirjan toteuttamiseksi, johon ei enää suuria muutoksia olisi saanut tulla toimeksiantajalta kesken prosessia. Näin olisi varmistunut asiasisällön kokonaisuuden hallinta ja suunnitelman pohjalta olisi ollut helpompi lähteä työstämään itse tuotetta. Oman työmme myötä opimme varmasti paljon suunnitelmallisuudesta ja sen tärkeydestä. Kun on olemassa kunnollinen suunnitelma, on työn työstäminen helpompaa ja tavoitteisiin voidaan vastata paremmin.

Kun Jelppari-käsikirja tulee käyttöön, on tärkeää katsoa, kuinka se käytännössä toimii. Jatkossa voisi tutkia, kuinka käsikirja auttaa tiedon sisäistämisessä tai kuinka käsikirja auttaa tukihenkilöksi muotoutumisen prosessissa. Käsikirjan kehittämisen suhteen sen käyttöönoton myötä voisi koulutukseen osallistuvia haastatella ja selvittää sisältääkö Jelppari-käsikirja oikeita aiheita vai tulisiko sisältöä täydentää tai muuttaa. Käsikirjan tavoitteet toteutuivat mielestämme melko hyvin, mutta löysimme kehitettäviä asioita, jotka voisi ottaa huomioon käsikirjaa muokattaessa:

- Käsikirja voisi sisältää enemmän lisälukemista, sillä aihepiireinä syrjäytyminen ja nuorten osallisuuden tukeminen ovat esillä mediassa, ja siitä löytyy yhä enemmän ajankohtaisia sivustoja ja artikkeleja.
- Käsikirja on synkronoitu kouluttajan oppaaseen, mutta käsikirja on silti osittain hieman hajanainen kokonaisuus.
- Käsikirjaan olisi voinut ottaa enemmän sisältöjä esimerkiksi nuorten arjenhallintataidoista, sillä kyseinen osuus on nyt liikaa internet-linkkien varassa.
- Käsikirjassa olisi mielestämme hyvä olla vielä enemmän selitystä sille, miksi kukin aihealue tai teema on otettu mukaan käsikirjaan. Nyt

esimerkiksi "Nuorten tukijat, toimijat ja taustajoukot"-kohta jää irralliseksi, koska siitä puuttuu selitys mitä kartalla on tarkoitus tehdä (vaikkakin se tehdään koulutuksessa kouluttajan ohjeistuksella).

- Käsikirjassa olisi pitänyt olla enemmän tietoa sosiaalisesta mediasta. Siitä aihealueesta on hyvin hankala löytää päivitettyä ja ajankohtaista tietoa.

## 5 POHDINTA

Syrjäytyminen opinnäytetyömme aiheena on ajankohtainen ja koskee koko yhteiskuntaa. Syrjäytymisen ennaltaehkäisyn keinoja on käytössä liian vähän, joten halusimme keskittyä opinnäytetyössämme tähän aiheeseen vähäisten keinojen ja oman kiinnostuksemme vuoksi. Syrjäytynyt tai syrjäytymisvaarassa oleva nuori joutuu kohtaamaan vaikeita asioita. Kauppaan lähteminen voi tuntua ylitsepääsemättömän vaikealta eikä nuorella välttämättä ole läheisiä tukemassa, joten kuka tällaisten nuorten asioista huolehtii? Välttääkö kukaan kotiinsa jääneistä nuorista ja kuinka heitä saataisiin autettua? Opinnäytetyömme aikana olemme hahmottaneet myös tulevina sosionomeina mahdollista työkenttää syrjäytyneiden nuorten parissa. Sosionomi voisi olla kolmannen sektorin aktivoinnissa mukana esimerkiksi tukihenkilöiden kouluttamisessa tai viedä palveluita ja tukea suoraan syrjäytyneen nuoren kotiin. On kuitenkin todettava, että yhden työntekijän voimavarat eivät yksin riitä syrjäytymisen lopettamiseen. Tämän myötä yhä tärkeämmäksi nousee vapaaehtoistoiminta ja aivan tavallisen ihmisen apu sitä tarvitsevalle.

Tavoitteenamme oli tehdä opinnäytetyö, josta olisi hyötyä. Työstämämme käsikirja palvelee tukihenkilötoimintaa, mutta sitä voi hyödyntää myös esimerkiksi kouluissa tai nuorisotyössä. Käsikirja ei ole myöskään paikkakunta-kohtainen, vaan sitä voi levittää laajemmin ympäri maata. Opasta voi käyttää sekä paperisena että sähköisenä versiona. Paperiversio on tarpeen, sillä on ihmisiä joilla ei ole mahdollisuutta tai taitoa käyttää Internetiä, mutta sähköisen version myötä tuotteen päivittäminen mahdollistuu. Mielestämme on tärkeää, että jokainen kouluttaja voi koulutuksessa huomioida kunkin koulutusryhmän erityistarpeet ja helposti lisätä omasta mielestään tärkeää sisältöä käsikirjaan.

Teimme opinnäytetyömme aikana tiivistä yhteistyötä Lähde-hankkeen eri henkilöiden sekä opettajien kanssa. Prosessin aikana opimme verkostotyötaitoja ja omatoimisuutta. Jonkin verran pääsimme tutustumaan itse hanketyöhönkin Lähde-hankkeen kanssa käydyissä palaverissa. Jos tekisimme opinnäytetyön uudelleen, osaisimme ehkä paremmin asettaa suunnitelmat ja miettiä ajankäyttöämme. Jouduimme suunnittelemaan työtämme paljon ennen kuin se hahmottui meille, mutta uskomme, että opimme prosessin kautta paljon lisää suunnitelmallisuutta sekä tavoitteellisuutta. Selkeiden tavoitteiden myötä työmme tuli valmiiksi ja siitä tuli tekijöiden näköinen hankkeen ja eri toimijoiden antamia toiveita unohtamatta.

Käsikirjan työstäminen oli mielenkiintoista. Oli hienoa miettiä, millä keinoin vahvistamme tukihenkilöiden tietoa syrjäytymisestä sekä nuoren kohtaamisesta. Työ asetti myös haasteita, sillä oppaasta täytyi tulla kaikille sopiva koulutustaustasta tai iästä huolimatta. Lisäksi työ vaati paljon luovuutta, sillä kyseessä oleva Jelpparien valmennus-toimintamalli oli ensimmäinen laatuaan, ja meidän piti ikään kuin miettiä kaikki alusta asti itse, tosin hankkeen avustuksella. Työssä piti osata yhdistää sekä nuorten että iäkkäämpien näkökulmat, jotta tieto osattaisiin antaa nuoria koskevista asioista kaikenikäisille koulutukseen osallistujille. Tämä asetti työlle myös haasteita, sillä samanaikaisesti kaikkien tarpeisiin vastaaminen oli haastavaa. Toisaalta tämän myötä opimme myös laajojen kokonaisuuksien hallintaa, ja tätä taitoa tulemme varmasti tulevana sosionomeina tarvitsemaan.

Opinnäytetyöprosessilla on ollut merkittävä osa ammatillista kasvuamme sekä oppimistamme ajatellen. Oppaan työstämisen aikana olemme saaneet käyttää hyödyksemme oppiamme asioita sosionomin koulutuksen ajalta sekä nähdä mihin me ammattilaisina pystymme. Aiheemme myötä käsitys syrjäytymisestä ja sen vaikutuksesta koko yhteiskunnan kannalta vahvistui. Syrjäytymisen ongelma ei ole vain yhden ihmisen asia, vaan se koskee laajasti koko ympäröivää maailmaa. Sosionomin työssä osallisuuden vahvistaminen ja syrjäytymisen ehkäiseminen on suuri osa työtä, joten olemme saaneet siihen valmiuksia sekä teorian että käytännön kautta.

## LÄHTEET

- Ahokas, T. 2012. Henkilökunnan näkemyksiä lasten osallisuudesta päiväkodissa. Osallisuus ja työn kehittäminen [verkojulkaisu]. Lahti: Lahden ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö [viitattu 22.8.2012] Saatavissa: [https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/41384/Ahokas\\_Tiina.pdf?sequence=1](https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/41384/Ahokas_Tiina.pdf?sequence=1)
- Ahola, S. & Galli, L. 2010. Nuorten koulupudokkaiden ja heidän ohjaajiensa syrjäytymispuheen ulottuvuudet. Teoksessa Anttila, L., Kuussaari, K. & Puhakka, T. (toim.). *Ohipuhuttu nuoruus?* Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. 132–143.
- Harju, U., Niemelä, P., Ripatti, J., Siivonen, T. & Särkelä, R. 2001. *Vapaaehtoistoiminta seurakunnassa ja järjestöissä*. Helsinki: Edita Oyj.
- Hentinen, K., Iija, A. & Mattila, E. 2009. *Kuuntele minua: mielenterveystyön käytännön menetelmiä*. Helsinki: Tammi.
- Jämsen-Haarala, M. 2010. *Etsivän nuorisotyön toimintamalli Laukaan kunnassa* [verkojulkaisu]. Mikkeli: Mikkelin ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [viitattu: 26.9.2012] Saatavissa: <https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/25328/Etsivan%20nuorisotyön%20toimintamalli%20Laukaan%20kunnassa.pdf?sequence=1>
- Kaipio, K. 1999. *Kasvattava yhteisö*. Jyväskylä: Gummerus
- Kiilakoski, T. 2008. Lapset ja nuoret kuntalaisina. Teoksessa Gretscher, A. & Kiilakoski, T. (toim.) *Lasten ja nuorten kunta*. Helsinki: Nuorisotutkimusseura, 8–23.
- Komi, T. 2012. Osallisuus ehkäisee syrjäytymistä. *Lastentarha* 1/2012, 18–20.
- Laine, T., Hyväri, S. & Vuokila-Oikkonen, P. 2010. *Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla*. Helsinki: Tammi.

Leskinen, P. 2012. *Aloittamisen tuska. Poikien pienryhmätoiminnan aloittaminen* [verkkojulkaisu]. Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulu, kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [viitattu 20.8.2012] Saatavissa: <http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/45220/opinnayte.pdf?sequence=1>

Lähde-hanke. 2013. [viitattu 18.3.2013]. Saatavissa: <http://www.lahdehanke.fi/>

Lähde-hanke 2012. *Jelppari- tukihenkilötoimintaa nuorten arjen tueksi – matalalla kynnyksellä. Jelppari-kouluttajan opas.*

Myrskylä, P. 2012. *Hukassa. Keitä ovat syrjäytyneet nuoret?* Eva-analyysi no 19 1.2.2012 [viitattu 23.3.2012]. Saatavissa: [www.eva.fi](http://www.eva.fi)

*Nuorten syrjäytymisen ehkäisy 2007* [verkkojulkaisu]. Valtiontalouden tarkastusviraston toiminnantarkastuskertomus 146/2007. [viitattu 29.08.2012]. Saatavissa: [http://www.vtv.fi/files/113/1462007\\_Nuorten\\_syrjaytymisen\\_ehkaisy\\_NETTI.pdf](http://www.vtv.fi/files/113/1462007_Nuorten_syrjaytymisen_ehkaisy_NETTI.pdf)

Nuorten yhteiskuntatakuu -työryhmä 2012. *Nuorten yhteiskuntatakuu* [verkkojulkaisu]. Työllisyys- ja yrittäjyysosasto. TEM rapotteja 8/2012. [viitattu 1.3.2013] Saatavissa: [http://www.tem.fi/files/32352/Nuorten\\_yhteiskuntatakuu\\_tyoryhman\\_raportti\\_%28%29.pdf](http://www.tem.fi/files/32352/Nuorten_yhteiskuntatakuu_tyoryhman_raportti_%28%29.pdf)

Nylund, M. & Yeung, A. 2005. Vapaaehtoisuuden anti, arvot ja osallisuus murroksessa. Teoksessa Nylund, M.&Yeung, A. (toim.). *Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus*. Tampere:Vastapaino, 13–38.

Opetusministeriö 2009. *Nuorta ei jätetä – Puhalletaan yhteen hiileen. Moniammatillistaviranomaistyötaja sen lakisääteistämistä selvittävän poikkihallinnollisen työryhmän muistio* [verkkojulkaisu]. Opetusministeriön työryhmämuistioita ja selvityksiä 2009:5 [viitattu 27.8.2012]. Saatavissa: <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2009/liitteet/tr5.pdf?lang=fi>

PDCA Security 2010. *PDCA Security –Information security consulting, auditing & training*. [viitattu 15.3.2013] Saatavilla: <http://www.pdca-security.com/>

Raunio, K. 2006. *Syrjäytyminen. Sosiaalityötä kiinnostavia näkökulmia*. Vaajakoski: Gummerus Oy.

Raunio, K. 2009. *Olennainen sosiaalityössä*. Helsinki: Hakapaino.

Richardson, R. 2009. *Using motivational systems theory to explore factors that influence the teaching strategies of undergraduate social work faculty* [verkkojulkaisu]. Mandel School of Applied Social Sciences. Case Western Reserve University [viitattu 26.9.2012]. Saatavissa: <http://etd.ohiolink.edu/send-pdf.cgi/Richardson%20Roslyn%20C.pdf?case1238790333>

Ruoho, J. 2006. *Hoitajien voimaantuminen ja eettisten periaatteiden noudattaminen vanhusten hoitotyössä*. Tampere: Tampereen yliopisto, lääketieteellinen tiedekunta, hoitotieteen laitos. Pro gradu-tutkielma [viitattu 18.3.2013] Saatavissa: <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu01023.pdf>

Salminen, K. 2012. Yksinäisiä opiskelijoita viikoittain. Nuoret: Syksyllä alkavalla tukihenkilötoiminnalla puututaan ajoissa nuorten arjen pulmiin. *Savon Sanomat* 31.8.2012 [viitattu 21.9.2012]. Saatavissa: <http://www.savonsanomat.fi/uutiset/kotimaa/yksinaisia-opiskelijoita-tapaa-viikoittain/1239676>

Shardlow, S. 2002. Values, ethics and social work. Teoksessa: Adams, R., Dominelli, L. & Payne, M. (toim.) *Social work. Themes, issues and critical debates*. Great Britain. Wales: Creative Print & Design, 30–40.

Siitonen, J. 1999. *Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua*. [viitattu 15.3.201] Saatavissa: <http://herkules.oulu.fi/isbn951425340X/isbn951425340X.pdf>

Syrjäytymisen ehkäisy ja vähentäminen -työryhmä. 2009. *Syrjäytymisen ehkäisy ja vähentäminen –työryhmän raportti*. Helsingin kaupungin hallintokeskus, turvallisuus- ja valmiusosasto [viitattu 25.4.2012]. Saatavissa: [http://www.hel2.fi/ajankohtaista/Syrj%C3%A4ytymisen\\_ehk%C3%A4isy\\_ja\\_v%C3%A4hent%C3%A4minen.pdf](http://www.hel2.fi/ajankohtaista/Syrj%C3%A4ytymisen_ehk%C3%A4isy_ja_v%C3%A4hent%C3%A4minen.pdf)

Särkelä-kukko, M. 2012. *Huono-osaisten osallisuus. Osallisena yhteisössä ja yhteiskunnassa*. Kuntoutussäätiö. Arviointi ja koulutusyksikkö [viitattu 25.5.2012]. Saatavissa: <http://www.jelli.fi/lataukset/2012/03/Mona-S%C3%A4rkel%C3%A4-Kukko.pdf>

Särkelä, M. 2009. Miten huono-osainen voi olla osallinen? [verkkojulkaisu] Jyväskylän yliopisto [viitattu 20.8.2012] Saatavissa: [https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/21271/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-200907071760.pdf](https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/21271/URN_NBN_fi_jyu-200907071760.pdf)

Särkelä, R. 2011. Osallisuus, vaikuttamismahdollisuudet ja sosiaalinen kestävyys. Teoksessa Pohjola, A. & Särkelä, R. (toim.) *Sosiaalisesti kestävä kehitys*. Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry. Vaasa: Fram, 144–167.

Tapaninen, T. Lähde-hanke. Arviointi. [sähköpostiviesti]. Vastaanottaja Mira Soininen. Lähetetty 26.2.2013. [viitattu 26.2.2013].

Työ- ja elinkeinoministeriö 2013. Yhteiskuntatakuu [viitattu 1.3.2013] Saatavissa: [http://www.mol.fi/mol/fi/00\\_tyonhakijat/03\\_nuoret/05\\_yhteiskuntatakuu\\_nuoret/index.jsp](http://www.mol.fi/mol/fi/00_tyonhakijat/03_nuoret/05_yhteiskuntatakuu_nuoret/index.jsp)

Vehviläinen, J. 2008. *Nuorten osallisuushanke –arvioinnin loppuraportti*. [verkkojulkaisu] Opetushallitus. Helsinki: Edita Prima Oy [viitattu 23.3.2012]. Saatavissa: [http://www.oph.fi/instancedata/prime\\_product\\_julkaisu/oph/embeds/30231\\_nuorten\\_osallisuushanke\\_arvioinnin\\_loppuraportti.pdf](http://www.oph.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/oph/embeds/30231_nuorten_osallisuushanke_arvioinnin_loppuraportti.pdf)

Viita, M. Savonia Ammattikorkeakoulu. Ongelmapuu. [sähköpostiviesti]. Vastaanottaja Hanne Ruotsalainen. Lähetetty 2.11.2012. [viitattu 20.11.2012].

Vilen, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2008. *Vuorovaikutuksellinen tukeminen*. Helsinki: WSOY.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. *Toiminnallinen opinnäytetyö*. Helsinki: Tammi.

Wilschman, K. 2012. Syrjäytymisen stigma. Sosiaali- ja terveystieteellinen aikakauslehti. *Tessö* 5/2012, 23–25.





# Jelpparin Käsikirja



# SISÄLTÖ

JOHDANTO .....	1
ALKUSANAT .....	1
KOULUTUKSEN TAVOITTEET, RAKENNE JA SISÄLTÖ .....	1
TAVOITTEET .....	1
TÄRKEITÄ YHTEYSTIETOJA: .....	1
KOULUTUSPÄIVÄ 1 .....	2
Tavoitteet .....	2
<b>Stop and think!</b> .....	2
Jelppari- tukihenkilötoiminnan periaatteet.....	3
Jelppari-toiminnan arvopohja .....	4
<b>Stop and think!</b> .....	4
Mikä ja kuka on Jelppari? .....	5
<b>Stop and think!</b> .....	6
Jelpparina toimiminen.....	6
Näin Jelppari-toiminta ilmenee käytännössä .....	7
Syrjäytynyt nuori .....	8
<b>Stop and think!</b> .....	9
Minäkuvalomake .....	10
Lisälukemista .....	11
KOULUTUSPÄIVÄ 2 .....	12
Tavoitteet .....	12
Vuorovaikutus.....	12
Kolmen tason kuuntelu .....	13
Nuoren kohtaaminen .....	14
<b>Stop and think!</b> .....	14
Jelpparin kultaiset ohjeet .....	15
Miten auttaa nuorta? .....	15
Vuorovaikutus nuoren kanssa .....	15
<b>Stop and think!</b> .....	16
Nuorten tutkijat, toimijat ja taustajoukot .....	17
Nuoren elämä- ja arjenhallinta.....	18
<b>Stop and think!</b> .....	18
<b>Stop and think!</b> .....	18
Sosiaalinen media.....	20
<b>Stop and think!</b> .....	20
Hyödyllisiä internetosoitteita .....	20

KOULUTUSPÄIVÄ 3 .....	21
Tavoitteet .....	21
Jelpparin oma rooli, rajat ja jaksaminen .....	21
<b>Stop and think!</b> .....	21
Minun tukihenkilöni .....	22
<b>Stop and think!</b> .....	22
Pintaa syvemmälle. Kuinka auttaisit Jelpparina? .....	23
LISÄLUKEMISTA JA POHDINTAA .....	25
Nuorten mielenterveys.....	25
<b>Stop and think!</b> .....	26
Nuorten päihteiden käyttö .....	27
Alkoholin tuomia vaaroja nuorille .....	27
Case-tapaus Wilma .....	27
Kapunkikommandot .....	28
Nuorten ajatuksia nuoruudesta .....	30
LÄHTEET .....	31

## JOHDANTO

Lähde – Voimaa matkalle on 1.9.2010 alkanut ESR-rahoitteinen hanke, jota on toteutettu tätä kirjoitettaessa vajaat kaksi vuotta. Hanketta hallinnoi Siilinjärven kunta ja hanke päättyy 31.8.2013. Tavoitteenamme on ollut kehittää Pohjois-Savoon toimia, joilla 16–29 vuotiaiden nuorten sosiaalisen, työmarkkinallisen ja taloudellisen syrjäytymisen uhkaa voitaisiin alueella vähentää. Siilinjärven lisäksi hankkeessa on ollut mukana Kuopio, Tuusniemi, Nilsinä, Maaninka, Lapinlahti, Iisalmi, Kiuruvesi, Vieremä sekä Sonkajärvi. Hankkeen alusta saakka päämääränämme on ollut edistää nuorten kanssa toimivien tahojen yhteistyötä haastamalla talkoisiin mukaan kaikki sektorit, niin julkiset kuin vapaaehtoispuolelta toimivatkin.

Hankkeessa on kehitetty useita pilotteja, joista Jelppari-toiminta on ollut yksi laajimmista. Tavoitteena on ollut tuoda yhteen tukea osana toimintaansa järjestävät organisaatiot, järjestää nuorten tukihenkilöiksi haluaville koulutusta sekä ennen kaikkea luoda yhteisö, jossa tuen kysyntä sekä tarjonta kohtaavat niin, että kokonaisuus on selkeästi hahmotettavissa ja palvelut helposti löydettävissä.

Erittäin merkittävässä roolissa ovat kehittämistyössä olleet ne toimijat, joilla on jo vuosien kokemus vertaistuen tai muiden tukimuotojen järjestämisestä. Vähintään yhtä tärkeää on ollut varmistaa tällaisen *matalan kynnyksen ennaltaehkäisevän tuen* tarpeellisuus kysymällä sitä alueen nuorilta itseltään. Nuorten kanssa käydyissä keskusteluissa on yksinäisyys ollut leimaa antava piirre. Pahimmillaan se lamaannuttaa, mutta joskus avuksi riittää, että löytyy joku jolle puhua. Tällöin vertainen Jelppari nuoren mielestä ymmärtää häntä jopa paremmin kuin ammattiterapeutti.

Tämän kouluttajille suunnatun oppaan lisäksi hankkeessa luodaan opas myös työnsä aloittaville Jelppareille. Koko toiminnan sydän tulee olemaan Jelppareiden oma portaali [www.jelpparit.fi](http://www.jelpparit.fi), jonne toivomme etsiytyvän niin jelppaamisesta kiinnostuneiden kuin jelppiä kaipaavienkin nuorten.

Siilinjärvellä 29.6.2012

Tarja Tapaninen  
projektipäällikkö  
Lähde – Voimaa matkalle -hanke

## ALKUSANAT

JELPPARIN KÄSIKIRJA antaa tukihenkilöiksi aikoville nuoren tukihenkilönä eli Jelpparina toimimiseen. Se sisältää työskentelytehtäviä sekä sovellusohjeita joita voi hyödyntää niin arjessa kuin Jelppari-tukisuhteessa.

JELPPARIN KÄSIKIRJA on toteutettu Lähde-hankkeen ja Savonia AMK:n sosionomi-opiskelijoiden Hanne Ruotsalaisen ja Mira Soinisen välisenä yhteistyönä. Erityiskiitos kuuluu käsikirjaa testanneille Lähde-hankkeen Jelpparit-pilottiryhmien Jelppari-kouluttajiksi koulutetuille henkilöille.

## KOULUTUKSEN TAVOITTEET, RAKENNE JA SISÄLTÖ

Jelppari-toiminnan ydintavoitteena on, että saisimme auttamisesta kiinnostuneille valmiuksia auttaa lähellämme olevaa nuorta ja/tai rohkaistuisimme muidenkin nuorten arjen tukijaksi. Ja että saisimme nuorille tarjolle ihmisiä joihin voi luottaa, ja jotka ovat valmiita auttamaan jelppaajaa tarvitsevaa nuorta!

### TAVOITTEET

Koulutuksen tavoitteena on antaa sinulle tarvittavat valmiudet toimia matalan kynnyksen vapaaehtoisena, nuorenJelpparina.

- Syvennät tietojasi Jelpparitoiminnasta. Ymmärrät mitä Jelpparina toimiminen tarkoittaa ja millaisia *mahdollisuuksia tukihenkilönä toimimiseen sisältyy*.
- Syvennät tietojasi
  - nuorisokulttuurista ja sosiaalisesta mediasta,
  - nuoren hyvinvoinnista ja sen edistämisestä,
  - nuorille tarjolla olevista tukiverkostoista ja palveluista j
- Vahvistat omia vuorovaikutus taitojasi toiminnallisten harjoitusten kautta yhdessä muun ryhmän kanssa.
- Pääset tutustumaan muihin Jelppareihin.
- Saat lisätietoa Jelpparin omasta jaksamisesta. Tiedät, mistä saat tarvittaessa asiantuntija-apua Jelpparina ollessa.

Koulutus jakaantuu kolmeen osaan, joista kaksi ensimmäistä osiota ovat 3 tunnin mittaisia. Viimeinen eli kolmas osa on viiden tunnin mittainen.

Koulutuskertojen välille annetaan kotitehtäviä.

### TÄRKEITÄ YHTEYSTIETOJA:

---

---

---

---

---

---

---

---

# KOULUTUSPÄIVÄ 1

## Tavoitteet

-Saat tietää mitä jelpparina eli tukihenkilönä toimiminen tarkoittaa ja millaisia mahdollisuuksia tukihenkilönä toimimiseen sisältyy.

-Jelpparit tutustuvat toisiinsa ja tietävät, millaisia tukiverkostoja ja palveluja tukihenkilöille on olemassa.



## Stop and think!

---

---

---

---

---

---

---

---

## Jelppari- tukihenkilötoiminnan periaatteet

### Jelpparin eettiset periaatteet

#### **Vapaaehtoisena toimit aikuisen roolissa. Työsi ei korvaa ammattityötä**

- Toimit omana itsenäsi, omin tiedoin ja taidoin.
- Oma elämäkokemuksesi ja persoonallisuutesi ovat työkalujasi.

#### **Olet mukana vapaaehtoisesti**

- Olet mukana toiminnassa omasta halustasi.
- Toimintasi pohjana on vilpitön halu auttaa nuoria.
- Toimintasi vapaaehtoisena on vuorovaikutuksellista ja merkityksellistä.
- Voit olla mukana toiminnassa, joka on parhaimmillaan mielekästä ja palkitsevaa kaikille osapuolille.
- Antamasi aika ja tuki ovat nuorelle tärkeitä.

#### **Toimintasi on suvaitsevaa, tasa-arvoista ja puolueetonta**

- Kunnioitat ihmisten erilaisia taustoja ja mielipiteitä etkä tuputa omia käsityksiäsi.
- Arvostat perheiden itsemääräämisoikeutta.
- Toimit yhteistyössä nuoren edun mukaisesti rinnalla kulkien, kuunnellen, auttaen ja tukien.

#### **Saat tukea ja ohjausta vapaaehtoisena työskentelyyn**

- Taustaorganisaatiosi huolehtii sinusta antamalla riittävästi tietoa, valmennusta ja tukea sekä nimeämällä yhteyshenkilön.

#### **Vapaaehtoisena voit ottaa huolen puheeksi**

- Autat nuorta arkitilanteissa.
- Ongelmatilanteissa sinun ei tarvitse yksin kantaa huolta ja vastuuta. Voit ottaa asian puheeksi yhteyshenkilösi kanssa.

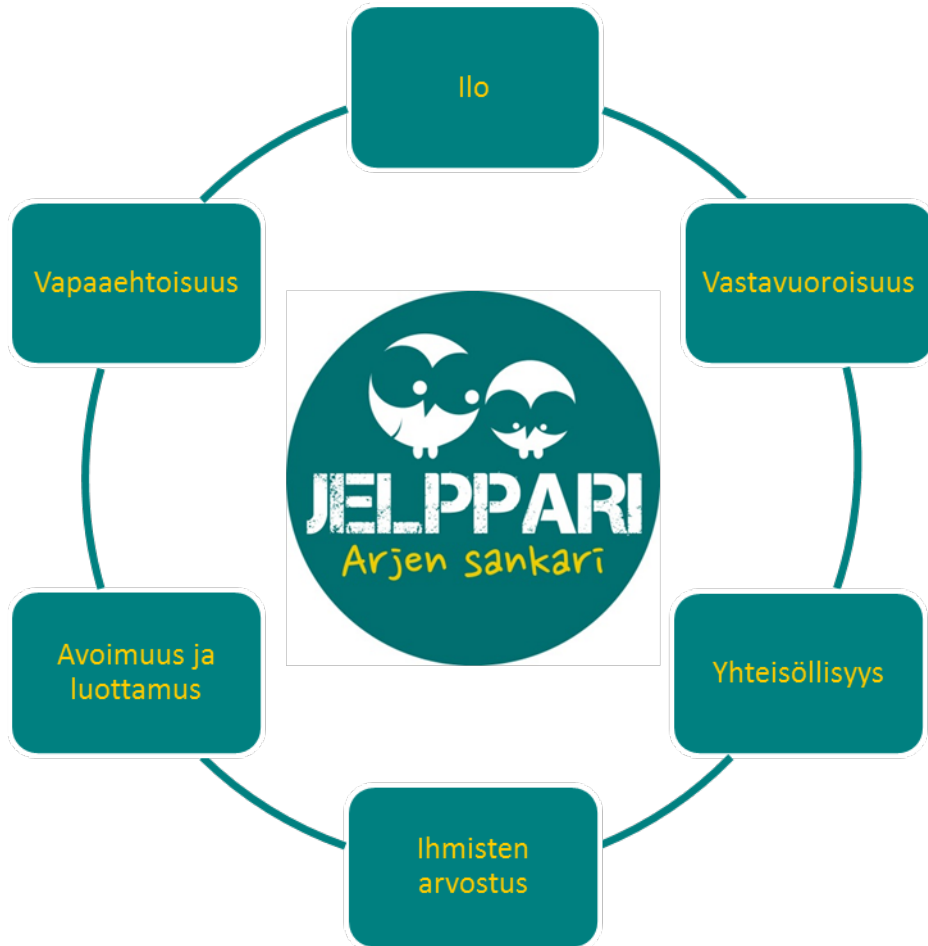
#### **Vapaaehtoisena sinua sitoo vaitiolovelvollisuus**

- Kunnioitat saamiasi tietoja, etkä levitä niitä ulkopuolisille.
- Vaitiolovelvollisuutesi ei pääty, kun päätät vapaaehtoistyön lopettaa.

(Syrjänen 2010.)

## Jelppari-toiminnan arvopohja

Jelppari-toiminnan arvoja ovat ihmisen arvostus, vapaaehtoisuus, avoimuus ja luottamus, ilo, vastavuoroisuus sekä yhteisöllisyys. Näihin arvoihin pyritään toiminnan kaikissa toiminnoissa alkaen valmennuksesta, kun kouluttajat tutustuvat uusiin osallistujiin.



## Stop and think!

- Miksi lähdit mukaan Jelppari-toimintaan?

---

---

---

---

---



- Mitä arvoja itse pidät tärkeimpinä?

## Mikä ja kuka on Jelppari?

Jelpparit eivät ole terapeutteja, viranomaisia tai ohjaajia vaan ihan "normi-immeisiä", jotka tahtovat auttaa parhaansa mukaan. Jelppari voi auttaa esimerkiksi byrokratian kiemuroissa, työ- ja kouluasioissa, arjen askareissa ja ihan vaan vaikka pelaillen tai vaikkapa lenkkeillen.

Jelpparit ovat arjen sankareita kaikille yksinäisille nuorille ja nuorille aikuisille. Kukapa ei joskus tarvitsisi kuuntelijaa, arjen touhuissa tukijaa ja ennen kaikkea ystävää?

Jelppari on henkilö, joka haluaa olla tukea tarvitsevan tai yksinäisen nuoren kaverina. Hän ei ole terapeutti tai ammattilainen, vaan toimii ihmisenä ihmiselle.

Jelpparina toimiminen voi olla esimerkiksi nuoren kanssa viestittelyä sosiaalisessa mediassa, kahvittelua tai yhdessä kalassa käymistä. Jokainen Jelppari määrittelee itse, kuinka paljon aikaa asiaan käyttää. Jelpparin työstä ei makseta palkkaa.

Jelpparin roolissa voit olla esimerkiksi:

- \*auttajana arjen asioissa
- \*vierellä kulkijana
- \*kuuntelijana
- \*tuen tarjoajana
- \*ymmärtäjänä
- \*auttajana sosiaalisen verkoston rakentamisessa

(Miettinen&Toivanen 2012, 11.)

## Stop and think!

- Missä rooleissa sinä olisit parhaimmillasi?
- Missä roolissa tarvitset vielä harjoitusta?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Jelpparina toimiminen

Ole ylpeä Jelpparin roolista ja luota omiin kykyihisi.

Pidä kiinni sovitusta.

Pohdi, mihin sinä olet valmis sitoutumaan.

Jelpparina tuet Jelpattavaa tavan ihmisen tiedoin ja taidoin, et ammattilaisena.

Tiedosta omat tietosi ja taitosi, ohjaa Jelpattava tarvittaessa asiantuntijan luo.

Jelpparina toimit omasta tahdostasi.

Sinulla on oikeus saada tukea Jelpparin roolissa.

(Miettinen&Toivanen 2012, 11.)

## Näin Jelppari-toiminta ilmenee käytännössä

Nuori	Jelppari
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saa valmennetun Jelpparin.</li> <li>• Saa motivoituneen, luotettavan ja sitoutuneen Jelpparin.</li> <li>• Saa Jelpparilta aikaa, läsnäoloa ja iloa.</li> <li>• Nuoren tarpeet ovat toiminnan lähtökohtana.</li> <li>• Jelppari-toiminta vastaa nuoren tarpeisiin realistisesti.</li> <li>• On vapaaehtoisesti mukana.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• On vapaaehtoisesti mukana.</li> <li>• Saa valmennuksen toimintaansa.</li> <li>• Saa toimia itselleen sopivassa Jelppari-suhteessa.</li> <li>• Ei toimi ammattilaisena vaan ihmisenä ihmiselle.</li> <li>• Tietää miksi työtä tehdään.</li> <li>• Saa ammatillista ohjausta ja tukea säännöllisesti toimintaansa.</li> <li>• Saa osallistua vertaistukitoimintaan ja virkistytymistoimintaan.</li> </ul>
<b>Nuoren perhe/ perheellinen nuori</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saa tukea vanhemmuuteen ja jaksamiseen.</li> <li>• Huoli nuoresta pienenee.</li> <li>• Arki helpottuu.</li> <li>• On mukana ja sitoutunut yhteisiin tavoitteisiin.</li> <li>• Vanhemmuus ja vanhempien tarpeet huomioidaan.</li> <li>• On tietoinen toiminnan periaatteista.</li> <li>• Voi luottaa vaihteluvollisuuden toteutumiseen.</li> </ul>	<b>Toteuttajatahot/ Taustajärjestöt</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Talous, toiminnan suunnittelu, toiminnan organisointi ja vastuun jaot ovat toimivia ja yhteistyöhön pohjautuvia.</li> <li>• Jelppari-toiminta on järjestön omien arvojen mukaista toimintaa.</li> <li>• Jelppari-toiminnassa mukana olevien ohjaajien pätevyysvaatimukset ja toimenkuvat ovat selkeät.</li> </ul>
<b>Yhteiskunta</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ennaltaehkäisevää, osallistavaa toimintaa. Jokaisella kuntalaisella on mahdollisuus osallistua, ainakin osittain.</li> <li>• Hyvinvointia edistävää, yhteisöllisyyttä lisäävää ja syrjäytymistä ehkäisevää toimintaa.</li> </ul>	<b>Maksaja/Kunta</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Saa varhaisen tuen ja syrjäytymistä ehkäisevän palvelun.</li> <li>• Voi luottaa siihen, että toiminta on koordinoitua ja suunniteltua.</li> <li>• Jelppari-suhdetta seurataan ja arvioidaan säännöllisesti.</li> <li>• Toiminnan arviointi ja kehittämiskäytännöt ovat selkeät.</li> </ul>

(Syrjänen 2010.)

## Syrjäytynyt nuori

Syrjäytyneestä nuoresta on tullut median julkirakas. Hän on lööpeissä, televisiossa ja ehtii kuulemma myös norkoilemaan Tallinnanaukiolla. Mutta kuka hän on oikein on, ja mitä hänestä tiedämme?

Virallisen määritelmän mukaan hän on 16–29-vuotias henkilö ilman toisen asteen koulutusta tai työpaikkaa. Vuonna 2010 heitä oli yli 50 000. Heistä yli 30 000 oli kaikkien tilastojen, myös työttömien työnhakijoiden ulkopuolella.

Osa virallisen määritelmän mukaisesta “syrjäytyneiden” joukosta on suhteellisen tyytyväisiä elämäänsä. Paljon on myös heitä, joiden ansioluetteloa koristavat sekä toisen asteen tutkinto että vakituinen työsuhde. Silti elämä voi olla sekaisin ja kaikki v\*\*\*\*\*. Yhteiskunnassamme on yhä enemmän nuoria, joiden asiat ovat todella huonosti. Heidän hyvinvointiennusteensa ovat entistä heikompia. On muistettava, että jokainen huonosti voiva nuori on oikea ihminen, jonka ns. syrjäytymiskeskustelu haluaa leimata stereotypialla ”syrjäytynyt nuori”.

**Määritteleekö joku** itsensä syrjäytyneeksi nuoreksi? Kenet sinä määrittelet syrjäytyneeksi? Yritämme avata käsitettä kertomalla, millaisia ryhmiä etsivässä nuorisotyössä kohdataan. Esiin voi nostaa ainakin neljä erilaista ryhmää.

**Yksi selkeästi erottuva ryhmä** ovat “hengailijat”. Moni heistä pitää yhteiskunnan normeja ahdistavina ja vinoutuneina. Moni heistä pössyttelee pilveä, mutta yhä useampi on päättänyt elää täysin päihteetöntä elämää. Heillä on usein halua seisoa omilla jaloillaan. He eivät ole kuitenkaan saaneet riittävästi aikuisen tukea. Palvelujärjestelmä ei toistaiseksi ole tarjonnut heille ohjausta omien kykyjensä löytämiseen. He ovat ns. normaalin yhteiskunnan ulkopuolella, ja heidät nähdään valitettavan usein pelkästään pleikan pelaajina, pössytteilijöinä ja pikavippaajina. Olisi parempi nähdä heidät nuorina, jotka tarvitsevat hieman tuoppausta, jotta pääsevät toteuttamaan itseään. Heidän kohdallaan melko pienikin hyvin kohdennettu tuki tuottaa tuloksia.

**Toista ryhmää yhdistää** elämäntilanteen voimakas pirstoutuminen. Päihde- ja mielenterveysongelmat, pitkäaikaistyöttömyys ja asunnottomuus ovat monelle merkittävä osa elämää. Monien vaikeuksien takia he ovat monien erilaisten palveluiden asiakkaita, ja heidät nähdään investointikohteiden sijasta kuluina. Vain muutamalla luottotiedot ovat kunnossa. Julkisessa palvelujärjestelmässä ei ole mitään yhtä tahoa, joka auttaisi nuorta kaikissa hänen ongelmissaan. Kukaan ei jaksu juosta luukulta toiselle koko ajan. Eikä usein edes kykene. Suurin osa näistä nuorista on käynyt elämänsä aikana läpi kaiken, mitä julkisella sektorilla oli heille tarjota. He ovat saattaneet selittää elämänsä yli sadalle työntekijälle. Eikä mikään ole muuttunut paremmaksi. Kuka kysyisi “miten sinulla menee?” ja haluaisi ymmärtää nuoren vaikeudet ja tarpeet? Miten näistä nuorista otetaan koppi?

**Neljän seinän tuijottajat** – kotiin syrjäytyneet nuoret – viettävät päivänsä sisätiloissa joko omassa tai vanhempiensa asunnossa. Likaiset vaatteet ja roskat peittävät lattian, mutta siihen tottuu viidessä vuodessa. Eivätkä ne sitä paitsi peitä hämärän huoneen valaisevaa tietokoneen näyttöä. Toisaalta kaikilla kotiin syrjäytyneillä ei ole sosiaalista elämää edes virtuaalimaailmassa. Tätä julkisen sektorin ulottumattomissa olevaa näkymätöntä porukkaa on paljon. Monella heistä on vakavia mielenterveysongelmia – ihme olisi, jos näin ei olisi. Eläpä itse kotonasi muutamia vuosia ilman vuorovaikutusta muiden ihmisten kanssa. Tämän ryhmän auttamisessa haasteeksi muodostuu jo pelkkä löytäminen ja tavoittaminen. Sen jälkeen tarvitaan pitkäjänteistä, sitoutunutta rinnalla kulkemista.

**Neljättä ryhmää** voidaan kutsua huomaamattomiksi. Monet heistä opiskelevat ja saavat työpaikan helposti. Päälle päin kaikki näyttää menevän hyvin. On siistit vaatteet ja paljon tuttuja. Elämä näyttää olevan vankalla pohjalla. Jotain on kuitenkin pahasti vialla. Moni on kehittänyt itselleen

kuoren, joka kätkee alleen traumat ja pahoinvoinnin. He ovat niitä, jotka haluavat päättää pahoinvointinsa äkillisesti ja tuhoisasti. Ja kaikki läheiset jäävät ihmettelemään: "Miksi?" Tämä ryhmä ei herkästi hahmotu "syrjäytyneiksi", mutta tarvitsee tukea elämäntilanteensa purkamiseen.

**Poikia pidetään useammin** syrjäytyneinä kuin tyttöjä. Kaman vetämisen, asunnottomuuden ja pitkäaikaistyöttömyyden ajatellaan olevan poikien ongelmia. Tytöillä ja pojilla alkaa kuitenkin olla yhtä paljon vaikeuksia. Sen sijaan, että puhutaan syrjäytyneestä nuoresta, olisi ehkä osuvampaa puhua erilaisista nuorista, jotka voivat pahoin.

Julkisen keskustelun on muututtava niin, että siitä syntyy tekoja. (Järvi 2012.)

## Stop and think!

Lukekaa parin kanssa yllä oleva teksti ja miettikää oma Jelpattavan tarina.

- Millainen Jelpattava on? (ikä, sukupuoli, asuinpaikka)
- Millainen elämäntilanne Jelpattavalla on?
- Mitä ongelmia Jelpattavalla on?
- Kuinka toimisit Jelpparina Jelpattavan kanssa?

[illegible]

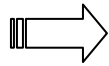
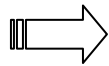
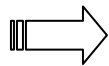
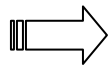
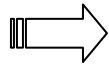
## Minäkuvalomake

(Kääriäinen 2002)

**Miten muut ihmiset  
suhtautuvat minuun?  
Mitä odotuksia/asioita  
kohdistuu minuun?**

Minä itse

**Miten minä suhtaudun  
muihin ihmisiin?  
Millainen olen? Miten se  
näkyvät käytöksessäni?**



**” NIMI ” :**

ASIOITA, JOISSA OLEN HYVÄ:

ASIOITA, JOISSA VOISIN KEHITTYÄ:

ASIOITA, JOITA OLEN OPPINUT TÄNÄÄN:

## Lisälukemista

### Kokemuksia tukihenkilönä olemisesta

Muutettuani uudelle opiskelupaikkakunnalleni en tuntenut sieltä ketään, kaipasin uutta harrastusta, uusia kokemuksia ja ennen kaikkea uusia tuttavuuksia. Niinpä nähtyäni ilmoituksen tukihenkilökoulutuksesta, päätin ilmoittautua koulutukseen saman tien, sillä arvelin sitä kautta tutustuvani uusiin ihmisiin, saavani mukavaa ja mielenkiintoista tekemistä sekä mahdollisuuden toteuttaa haluani auttaa ihmisiä.

Tukihenkilökoulutus yllätti positiivisesti, sillä osallistujajoukko oli monenkirjava. Joukkoon mahtui eri-ikäisiä miehiä ja naisia monenlaisine taustoineen. Itse koulutus sisälsi paljon keskustelua ja toiminnallista tekemällä oppimista, joten mielenkiinto säilyi alusta loppuun. Erityisesti keskustelut opettivat valtavasti, sillä erilaisilla ihmisillä oli hyvinkin erilaisia ajatuksia ja näkemyksiä esimerkiksi siitä, miten he itse tukihenkilönä toimisivat. Vaikka koulutuksessa ohjeistettiin tietynlaisiin tukihenkilötoiminnan raameihin, muun muassa vaitiolovelvollisuuteen, luottamuksellisuuteen sekä toisten arvostamiseen ja kunnioittamiseen, oli alusta asti selvää, että jokainen saa toimia omien voimavarojensa, oman elämäntilanteensa ja omien näkemystensä mukaan.

Tukihenkilökoulutus antoi hyvät eväät lähteä mukaan toimintaan, mutta opettavaisinta toiminnassa ovat olleet kuitenkin itse tukihenkilönä toimiminen sekä tukihenkilöille säännöllisesti järjestetyt vertaistapaamiset. Vertaistapaamisissa tukihenkilöt ovat voineet luottamuksellisesti keskustella omista tuettavistaan, saaneet tukea, neuvoja ja vinkkejä omiin tukisuhteisiinsa ja kuulleet muiden tukisuhteista. Nämä tapaamiset ovat opettaneet paljon siitä, miten eri tavoin ihmiset ajattelevat ja toimivat erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. Olen nauttinut erityisesti siitä, kuinka paljon erilaisten tukihenkilöiden elämäkokemuksista on saanut viisautta kaikenlaiseen ihmisten kanssa olemiseen. Näistä opeista on valtavasti hyötyä jokapäiväisessä elämässä, ei pelkästään tukihenkilönä olemisessa.

Tukihenkilönä on ollut ilo saada jakaa asioita erilaisissa tilanteissa olevien nuorten kanssa. Olen päässyt kokeilemaan ja kokemaan sellaisia asioita, joita en varmasti olisi muuten kokenut. Jokainen tukisuhde ja kohtaamani nuori on opettanut jotain uutta niin itsestäni ja omista rajoistani kuin muiden ihmisten kanssa toimimisesta.

Tukihenkilönä toimiminen on monella tavalla rikastuttava ja arvokas kokemus. Se antaa enemmän kuin ottaa, joten suosittelen tukihenkilöksi ryhtymistä kaikille.

Jokaisesta meistä löytyy arjen sankari, vai mitä? (Nyback 2012.)

# KOULUTUSPÄIVÄ 2

## Tavoitteet

Syvennät tietojasi Jelpparitoiminnasta sekä nuorisokulttuurista ja sosiaalisesta mediasta.

Harjoittelet vuorovaikutustaitojasi toiminnallisilla harjoituksilla.

## Vuorovaikutus

Toisen koulutuspäivän yhtenä teemana on vuorovaikutus. Alla aiheeseen virittäviä kysymyksiä, joita jokainen voi pohtia ensin yksin ja sitten parin/ryhmän kesken. Lopuksi on yhteinen keskustelu.

Millainen on hyvä kuuntelija?

Mitkä asiat sen tekevät?

Millaisia taitoja tarvitaan onnistuneeseen vuorovaikutukseen?

Millaisia taitoja Jelppari tarvitsee?

Miten tärkeää on luottamus Jelpparin ja Jelpattavan välillä?

Miten luottamus rakentuu?

Miten voisi kehittää omia luontevia vuorovaikutustaitoja?



## Kolmen tason kuuntelu

Jelppari-koulutuksen aikana käytävä vuorovaikutusharjoitus. Oheisessa taulukossa on kuvattu erilaiset tasot, joita kuuntelemisessa voidaan havaita.

Kuuntelija B	Kuuntelija C	Kuuntelija D
<p><b>Ajattelutaso</b> on tosiasioihin, käsitteisiin, väitteisiin, mielipiteisiin ja ideoihin suuntautunutta. Se on kuuntelun itsestään selvin taso (menneisyysorientoitunut). Kuunteluun tarvitaan aitoa kiinnostusta, avomielisyyttä ja menneisyyden ymmärtämistä.</p> <p>Ansa: kuulija ajattelee nopeammin. Ansa: kuulijan oma viitekehys.</p>	<p><b>Tunnetaso</b> tunnistaa puhujan energian, aikomusten, tunteiden, arvojen, tunnelmien, kokemusten, mielialojen tilat. Mennään astetta syvemmälle. Ääni, ilmeet, eleet kertovat. Tarvitaan toisen aseman ymmärrystä, empatiaa. Sosiaalinen herkkyyks on nykyhetkessä.</p> <p>Ansa: kuulijan omat tunteet.</p>	<p><b>Tahtotas</b> suuntautuu energiaan, motivaatioon ja pyrkimyksiin. Mitä oikeasti haluaa, onko tahtoa? Tulevaisuus on tahdonvoimassa. Käyttäytymistaidot ja tulevaisuussuuntautuminen tulee näkyväksi.</p> <p>Ansa: kuulijan oma toimintatapa vastaavanlaisissa tilanteissa</p>

## Nuoren kohtaaminen

*"Tiedät kai, millainen pitää olla että kelpaa.*

*Laiha, mutta ei liian.*

*Lihaksikas, mutta sopivasti.*

*Kaunis, luonnostaan.*

*Älykäs, numeroa tekemättä.*

*Joustava, melkein mielistellen.*

*Muottiin mahtuva, persoonallisuuden kustannuksella.*

*Väritön, hajuttomuudesta ja mauttomuudesta tinkimättä.*

*Ole oma itsesi, sanotaan. Päästä pintaan sisäinen kauneutesi.*

*Jos päästän pintaan sen, mitä oikeasti on, mummot pudistavat*

*päätään kadulla.*

*Sellaista se on nykyajan nuoriso, levotonta ja rikkinäistä.*

*Kukaan ei kestä katsoa, jos se sellaista on. Kukaan ei uskalla*

*kysyä mistä se johtuu." (Raittila 2001.)*

## Stop and think!

-Mistä runo mielestäsi kertoo?

-Mitä paineita yhteiskunta asettaa nykyaikana nuorille?

---

---

---

---

## Jelpparin kultaiset ohjeet

- Ole ystävällinen.
- Kuuntele.
- Ole aidosti kiinnostunut.
- Ole aidosti läsnä.
- Käytä maalaisjärkeäsi.
- Ole oma itsesi.
- Vältä liikaa neuvomista.
- Arvosta toista ihmistä.

(Miettinen&Toivanen 2012, 12.)

## Miten auttaa nuorta?

- Kuuntelemalla ja KUULEMALLA!
- Olemalla läsnä henkisesti ja fyysisesti.
- Uskomalla nuoren kertomusta.
- Ottamalla huomioon nuoren toiveita

Jotta elämä tuntuisi elämisen arvoiselta

- jokainen haluaa tulla kuulluksi ja nähdyksi
- jokainen haluaa kuulua johonkin
- jokainen haluaa, että hänet hyväksytään ja häntä arvostetaan
- jokainen haluaa olla hyvä jossakin
- jokainen haluaa uskoa, että huominen on muutos parempaan
- Itsetunto, Itsetuntemus, Itsensä hyväksyminen, Itsensä arvostaminen

(Heinonen, soveltaen Dunderfeltin, Thellstenin & Ojansuun näkemyksiä)

## Vuorovaikutus nuoren kanssa

Hyvä vuorovaikutustilanne edellyttää, että toista kuunnellaan ja kunnioitetaan:

- Korosta nuoren vastuuta oman elämän valinnoista.
- Anna nuorelle tietoa. Nuorilla on oikeus saada tietoa omien päätösten pohjaksi.
- Älä puhu nuoren puolesta tai ole liikaa äänessä. Nuori tarvitsee ohjaajaa jonka kanssa keskustella, ei päätöksentekijää.
- Kuunnelkaa toisianne. Yhteiset pelisäännöt ovat hyväksi.
- Kerro, että välität nuoren tulevaisuudesta ja hyvinvoinnista.
- Nuorilta on tärkeää kysyä esimerkiksi, mitä he odottavat aikuisilta.
- Nuoret tarvitsevat monesti aikaa rohkaistuakseen keskustelemaan, joten ole malttavainen.

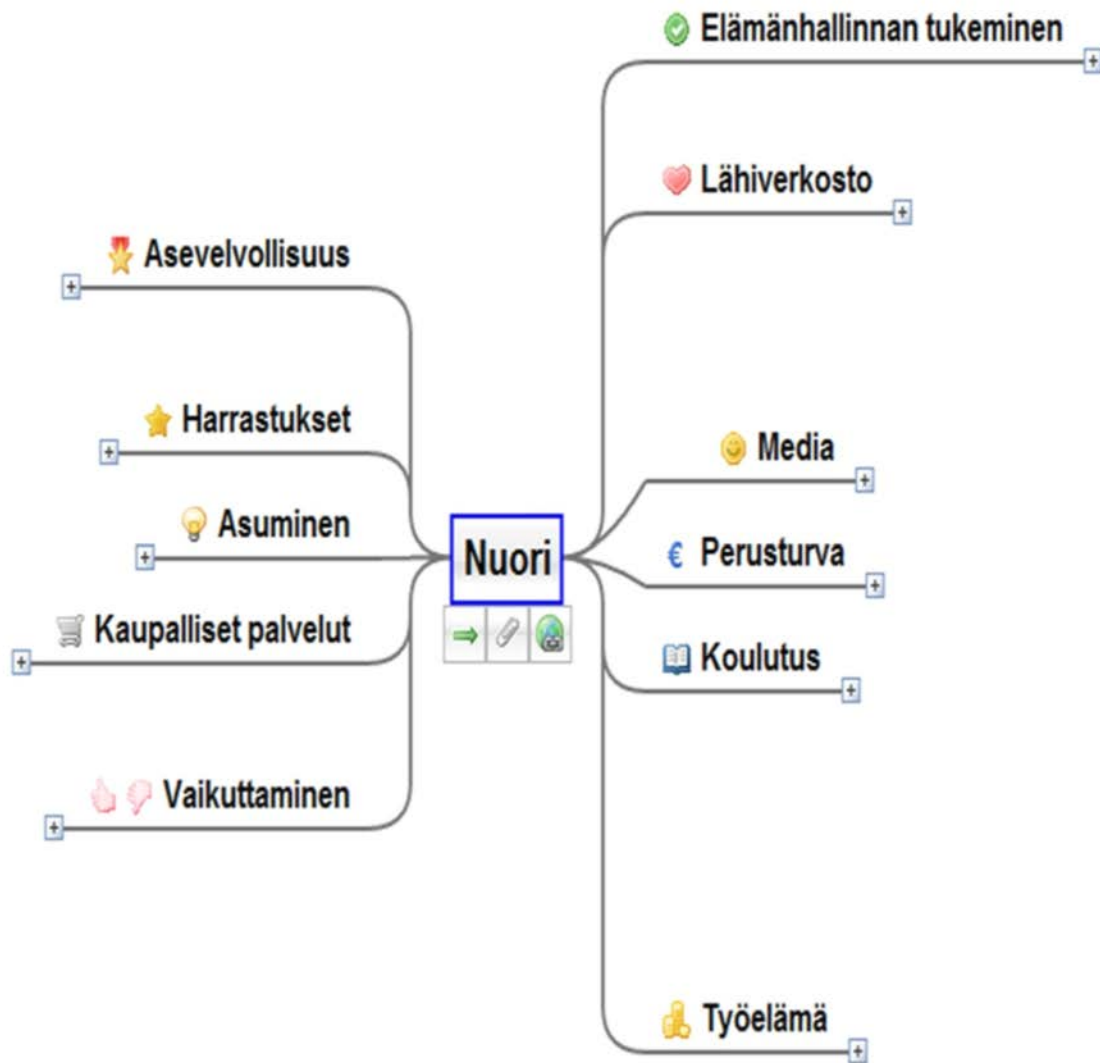
(Alkoholista nuorille esitteen oheismateriaali.)

## Stop and think!

- Tarkkaile seuraavaa kertaa varten ympärilläsi tapahtuvaa vuorovaikutusta
  - kotonasi
  - työpaikallasi/koulussa
  - asioidessasi esim. kaupassa
- Mitä asiat edistävät/haittaavat hyvää vuorovaikutusta?
- Esimerkkejä huonosta vuorovaikutuksesta?

[illegible]

## Nuorten tutkijat, toimijat ja taustajoukot



## Nuoren elämä- ja arjenhallinta

Tutustu KOTONA nuoren elämänhallintaan liittyvään oppaaseen ”Koska olen tärkeä –Pieni arjen opas suuntaa etsivälle” (kirjoittajat: Iina Kokkonen & Terhi Tökönen 2012)

Se löytyy osoitteesta: <http://publications.theseus.fi/handle/10024/45018> tai googlettamalla oppaan nimellä.

(Klikkaa avaa tiedosto, jolloin avaa opinnäytetyön. Itse opas löytyy aivan tiedoston lopusta, LIITE2 kohdasta)

### Stop and think!

- Mitä pulmia nuoren arjenhallinnassa voi olla? Miten ongelmat voivat vaikuttaa Jelpattavan elämänlaatuun?

- Miten Jelpparina voisit auttaa nuorta parantamaan arjen hallintaa?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### Stop and think!

-Mitä ajatuksia sinulle herää nuoren roolikartasta?

---

---

---

---

---

# ITSENÄISTYVÄN NUOREN ROOLIKARTTA

Viisi keskeistä osa-aluetta

- arvomaailman muodostaja
- periaatteiden pohtija
- oikean ja väärän tunnistaja
- päätösten tekijä
- pettymysten sietäjä
- tulevaisuuteen suuntautuja
- pitkäjänteisyyden kehittäjä

ELÄMÄSTÄ OPPIJA

SUHTEIDEN HOITAJA

- ihmissuhteiden kehittäjä
- sosiaalisten taitojen kehittäjä
- ristiriitojen sietäjä ja sehtittäjä
- neuvottelutaitojen kehittäjä
- markkinoija
- toisten ihmisten kunnioittaja
- läheisverkoston vaalija

- tunteiden tunnistaja ja hyväksyjä
- hellyyden vastaanottaja ja antaja
- itsensä kanssa viihtyjä
- lohdututtaja
- oman seksuaalisuuden hyväksyjä
- juuriensa tietäjä
- itseensä luottaja
- ulkonäkönsä hyväksyjä

ITSENSÄ ARVOSTAJA

RAJOJEN ASETTAJA

- oman itsensä kunnioittaja
- kokemuksista oppija
- heikkouksien tunnistaja/kehittäjä
- itsensä suojelija
- sääntöjen ja sopimusten noudattaja
- omien rajojen tunnistaja

ARKIPÄIVÄN  
PYÖRITTÄJÄ

- ruuan laittaja
- vuorokauden rytmittäjä
- kodin kunnossa pitäjä
- puhtaudesta huolehtija
- sinnittelijä

- terveyden vaalija
- raha-asioiden hoitaja
- avun pyytäjä ja vastaanottaja
- koulun/työn hoitaja
- itsensä innostaja



© VARSINAIS-SUOMEN LASTENSUOJELUYHTYMÄ

## Sosiaalinen media

### Stop and think!

- Millainen rooli sosiaalisella medially on nykyaikana nuorten elämässä?
- Mitä hyötyä/haittaa sosiaalisesta mediasta on nuorille?

---

---

---

---

---

---

---

- Mitä Jelpparin tulisi tietää sosiaalisesta mediasta?
- Kuinka Jelppari voisi hyödyntää sosiaalista mediaa tukihenkilön työssään?
- Kuinka Jelpparin tulisi toimia esimerkiksi facebookissa Jelpattavan kanssa?

---

---

---

---

---

---

---

## Hyödyllisiä internetosoitteita

Verkkonuorisotyön valtakunnallinen kehittämiskeskus : [www.verke.org/home](http://www.verke.org/home)

Helsingin seurakunnan nuorisotiedotus Pulmakulma : [www.nuoret.info](http://www.nuoret.info)

---

---



# KOULUTUSPÄIVÄ 3

## Tavoitteet

Syvennät tietojasi Jelppari-toiminnasta sekä erityisesti hyvinvoinnista ja sen järkkymisestä. Saat tietoa Jelpparin jaksamisestasi tukityössä. Viimeisen koulutuskerran tarkoituksena on myös tukea jokaisen Jelpparin omaa tukiprosessia ja syventyä Jelpparin omiin vahvuuksiin esimerkiksi yksilöhaastattelun kautta.

## Jelpparin oma rooli, rajat ja jaksaminen

### JELPPARIN OMA JAKSAMINEN ON TÄRKEÄÄ

Jelpparina sinun on ensiarvoisen tärkeää huolehtia omasta jaksamisestasi. Sinun on oltava tietoinen omista voimavaroistasi ja elämäntilanteestasi ennen Jelpparina toimimista. Jelpparina sinä et ole vastuussa toisen ihmisen elämästä, joten vaikeissa tilanteissa sinulla on oikeus ja velvollisuus ottaa yhteyttä yhdyshenkilöösi. Tärkeää on muistaa, että yhteydenoton syynä ei tarvitse olla iso asia, sillä kaikesta mielestä askarruttavista asioista on voitava puhua toisen henkilön kanssa. Jelpparina toimimisen on tarkoitus antaa positiivisia asioita myös sinulle, Jelpparille.

## Stop and think!

- Mitä voimavaroja sinulla on?
- Ketä sinun tukiverkostoosi kuuluu?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Minun tukihenkilöni

Marraskuussa 2010 soitin äitini kanssa tukihenkilötoimintaa tarjoavaan paikkaan, koska olin jo pitemmän aikaa halunnut tukihenkilöä.

Olin kotiutunut kesällä 2009 pitkältä osastojaksolta ja sairastin vielä tuona talvenakin sekä vakavaa syömishäiriötä että masennusta. Sairaalassaolon aikana lähes kaikki ystävät olivat hävinneet elämästäni ja myös sosiaaliset taitoni olivat huonontuneet. Tavoitteet tukihenkilötoiminnalle olivat selkeät: parantaa itsetuntoani, kohentaa sosiaalisia taitojani sekä löytää jokin mieluisa harrastus.

Saatuamme yhteyden tukihenkilötoimintaa tarjoavaan paikkaan, varasimme palaveriajan tammikuun 2011 loppuun. Silloin sain viimein tavata tukihenkilöni 20-vuotiaan sosiaalialan opiskelijan Elisan (nimi muutettu). Sovimme palaverissa, että tapaisimme noin kerran viikossa ja yrittäisimme touhuta joka kerta jotain mukavaa.

Ensimmäisen kerran tapasimme helmikuun alussa, kun Elisa tuli käymään meillä. Juttelimme kaikesta maan ja taivaan väliltä sohvalla istuen. Sain hänestä heti luotettavan kuvan. Elisa oli ymmärtäväinen ja avulias, mutta oli hänessä ripaus anarkistisuutta ja yhteiskuntakriittisyyttäkin. Yhteisen intohimon löysimme kirjoittamisesta!

Kevään aikana kävimme elokuvissa, museoissa, uimahallissa, lenkillä, keilaamassa sekä pelaamassa biljardia. Välillä vain juttelimme tai pelasimme lautapelejä minun luonani. Pää tavoite yhdessä nuorisotalolla vieraileminen jäi sen sijaan toteutumatta, koska heinäkuussa 2011 Elisa sai vakituisen työpaikan, eikä enää voinut jatkaa tukihenkilönäni.

Toiminnan loppuminen harmitti minua kovasti, mutta onneksi vaihdoimme Elisan kanssa puhelinnumeroita ja facebook-osoitteita. Syksyn aikana soittelimme pari kertaa ikään kuin jälkiseurantana, vaikka minulle Elisa olikin enemmän aikuinen ystävä kuin sosiaalialan ihminen.

En tiedä onko se tukihenkilötoiminnan ansiota, mutta sosiaaliset taitoni ja rohkeus ottaa kontaktia ikätovereihin ovat lisääntyneet talvesta 2011. Olen myös jatkanut aktiivista kirjoitusharrastusta tunteidenpurkamisen menetelmänä. Sairautenikin on paranemaan päin. Aloitin myös kaksi viikkoa sitten elintarvikealan opiskelun amiskassa ja tavoitteenani on valmistua keväällä 2015.

Suosittelen tukihenkilötoimintaa kaikille samoista ongelmista kärsiville.  
Apua kannattaa aina pyytää! (Nyback 2012.)

## Stop and think!

- Millainen tukihenkilö sinä olisit?
- Kuinka huolehtisit omasta jaksamisestasi?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Pintaa syvemmälle. Kuinka auttaisit Jelpparina?

### Yksinäisyyden kierre.

**"Lakkasin ymmärtämästä, mitä toisten ilmeet ja äänensävyt tarkoittavat",** kertoo masennuksen tuomasta yksinäisyydestä toipuva **Anja**, 22.

"En tiedä, mistä se lopulta johtui. Muutimme paljon. En ehtinyt sopeutua yhteenkään uuteen paikkaan, kun jo taas lähdettiin. Kavereita oli, mutta ei yhtään pysyvää. Muut puhuvat lapsuudenystävistä. Minulla sellaisia ei ole.

Ongelmat moninkertaistuivat, kun aloin käyttää kannabista. Poikaystävä diilaili veljensä kasvattamaa. Rupesimme polttamaan pilveä itsekkin. Olin silloin seitsemäntoista ja ihmettelin, miten kannabis voi olla laitonta. Se antoi mukavasti lomaa reaali maailmasta. Ensimmäisestä viidestäkymmenestä tai sadasta kerrasta nautin tosi paljon. Nyt tiedän, että jo yksikin käyttökerta voi olla liikaa.

Kaksi vuotta sitten polttaminen karkasi käsistä. Meille tuli poikaystävän kanssa ero ja jäin ihan yksin. Aloin lääkittää pilvellä pahaa oloani. Kuvittelin sen torjuvan masennusta, mutta aloinkin tarvita liikaa sen tuomaa euforiaa. Säännöllisellä käyttäjällä toleranssi ja käyttötarve kasvavat nopeasti."

"Olen aina ollut ujo ja hiljainen. Kannabis pahensi ujouttani entisestään. Koko ajatusmaailma muuttui. Tulin vainoharhaiseksi ja rupesin änkyttämään. Kuvittelin työkavereiden kokoontuvan taukotilaan puhumaan minusta pahaa. Vieläkään en osaa hahmottaa ihmisten ilmeitä ja äänensävyjä. Perhe jäi etäiseksi, kun pelkäsin paljastuvani. Tossasun tyttäressä on jotakin outoa, äidille sanottiin. Äiti ihmetteli, kun muistanut enää mitään. Pahimpia olivat itsetunto-ongelmat. Olin epävarma. En uskaltanut mitään.

Lopulta sosiaaliset ongelmat tulivat niin pahoiksi, että oli pakko kertoa. Äiti selvitti kannabiksen haittavaikutuksia. Hain apua koulukuraattorilta. Toipuminen alkoi, kun hän ohjasi minut itäiselle nuorisoasemalle. Päihdekliniikan omahoitaja bongasi Mielenterveysseuran järjestämän leirin. Mielenvoima-leirin ilmoituksessa oli lueteltuna kaikki ongelmani, yksinäisyys, masennus ja ahdistuksen torjuminen.

Masennus tekee yksinäiseksi, kun ei halua lähteä ihmisten ilmoille näyttämään hapanta naamaa. Vaikka olen toipunut hyvin, vieläkin tulee huonoja fiiliksiä. En suostu enää jäämään niihin. Kun äitiin ja siskoon rakentui uudenlainen yhteys, olen oppinut

puhumaan. Asiat kuulostavat erilaisilta, kun ne sanoo ääneen. Aika monelle kaverille on tarjottu avuksi pelkkiä lääkkeitä."

"Ennen kannabiksen käyttöä en pitänyt ujoutta ja hiljaisuutta ongelmana. Kiinnitin huomiota itseni kaltaisiin ja ajattelin, että tuokin on ihan hyvä tyyppi. Lähimpien seurassa koin olevani oma ihan hyvä itseni, vaikka en ollut reipas ja puhelias. Parikymppisenä itsetuntoni romahti täysin. Paineet olivat pahimmillaan, kun piti vaikka tavata poikaystävän kaverit tai vanhemmat. Jännittäessä menee ihan jäihin eikä mistään tule mitään. Nyt olen päässyt sellaisesta.

Paha oloni ei johtunut mistään suurista asioista. Paremminkin oli tyhjä ja turha olo. Elämässä ei tuntunut olevan mitään järkeä. Mielenvoima-leirillä meitä yhdisti yksinäisyys. Kaikki puhuivat masennuksesta. Kerrankin tunsin itsensä hyväksytyksi. Ilmapiiri oli erilainen kuin missään muualla.

Kaiken jälkeen osaan pitää parempaa huolta itsestäni. Kun aloitin opinnot, vetäydyin aina itsekseni. Nyt olen aina jonkun kanssa."

Haastateltu ei esiinny jutussa omalla nimellään. (Raittila 2001.)

---

---

---

---

---

---

---

# LISÄLUKEMISTA JA POHDINTAA

## Nuorten mielenterveys

Onnellisuus, iloisuus sekä hyväntuulisuus yhdistetään monesti hyvään mielenterveyteen. Nuoren elämään kuuluu myös esimerkiksi surun ja vihan tunteita, joita mieleltään terve nuori on valmis kohtaamaan. Nuori tarvitsee selviytymiskeinoja kohdatakseen epäonnistumisia. Hyvän mielenterveyden kannalta on tärkeää, että nuorella on kykyä, rohkeutta ja halua elää elämäänsä itselle tärkeällä tavalla. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2012.)

Mielenterveys koostuu arkisista asioista. Se on välttämätön perusta hyvinvoinnille.

- Oman itsensä arvostaminen ja hyväksyminen.
- Toisen ihmisen arvostaminen.
- Kyky omien tunteiden tunnistamiseen, ilmaisemiseen ja vastaanottamiseen.
- Päämäärien asettaminen ja toteuttaminen.
- Vuorovaikutuksen taito.
- Pettymyksien sietokyky.
- Kyky vastoinikäymisten kohtaamiseen.
- Joustavuus ristiriitatilanteissa.
- Taito nauttia elämästä!

Ahdistuneisuus, päihteiden käyttö sekä mieliala- ja käytöshäiriöt ovat nuorten yleisimpiä psyykkisiä häiriöitä. Varsinkin tyttöjen masentuneisuus ja koulu-uupumus ovat selvästi lisääntyneet. Monella nuorella on tunne siitä, ettei hän tule kuulluksi eikä saa tukea sitä tarvittaessa. (Lehtinen & Lehtinen 2007, 85–89. ; Litmanen, Lähdesmäki & Renfors 2003, 109.)

Pitkät alakuloiset vaiheet kuuluvat jokaisen elämään ja se on normaalia. Luopuminen ja menetys tuovat surua, josta toipuminen voi viedä kauankin aikaa. Joskus ihmisen henkinen taakka kasvaa liian suureksi ja omat selviytymiskeinot loppuvat ja masennus voi puhjeta. Masennus eli depressio luokitellaan sairaudeksi. Nuoren paineet voivat nousta vähitellen, kunnes jokin raskas kokemus, kuten seurustelusuhteen päätyminen, perheväkivalta tai omaisen sairastuminen laukaisee sairauden. (Lehtinen & Lehtinen 2007, 86–88. ; Litmanen, Lähdesmäki & Renfors 2003, 110.)

- Masennus on vaikea tunnistaa.
- Oireet vaihtelevat suuresti
  - hermostuneisuus
  - äkkipikaisuus
  - vihaisuus
  - ärtyneisyys
  - riidat kotiväen ja ystävien kanssa
  - mielialan vaihtelut
  - kiinnostuksen puute
  - harrastusten poisjättäminen
  - fyysiset oireet, kuten päänsärky ja vatsakivut
  - itsetuhoisuus
  - pelko
  - alemmuuden tunto

- Masennuksen oireista kaikki eivät esiinny samanaikaisesti.
- Oireet vaihtelevat nuoren iästä riippuen.
- Poikien ja tyttöjen masennuksella on eroja. Pojilla esiintyy enemmän käytöshäiriöitä kun tyttöjen oireilu kääntyy omaan itseensä (viiltely, syömishäiriöt).
- Varhainen tunnistaminen ja hoitoon johtaminen on ensiarvoisen tärkeää.

Jokaisella ihmisellä on omia voimavaroja, jotka auttavat elämässä selviytymisessä. Nuorten mielenterveyttä suojaavia tekijöitä voivat olla esimerkiksi seuraavat asiat:

- nuoren läheiset ihmiset
- aikuisen läsnäolo, huolehtiminen sekä välittäminen
- johdonmukaiset rajat
- arkirutiinit
- ystävät
- nuoren itsetunto
- nuoren saama arvostus
- yhdessä tekeminen
- harrastukset

Mielenterveyttä edistäviä asioita ovat esimerkiksi seuraavat:

- ystävät
- liikunta
- harrastukset
- realistiset tavoitteet
- pettymysten sietokyky
- onnistumisen kokemukset
- elämän säännöllisyys (uni, ruoka, hygienia)
- puhuminen vaikeistakin asioista
- stressaavien tekijöiden vähentäminen

(Lehtinen & Lehtinen 2007, 86–89.) (Väestöliitto 2012.)

## Stop and think!

- Kuinka tunnistat nuoren tunnetiloja?
- Millaista asiantuntija-apua tiedät olevan saatavilla omalla paikkakunnallasi?

---

---

---

---

---

---

---

---

## Nuorten päihteiden käyttö

Syitä tupakan ja päihteiden kokeiluun ovat monesti kaverien painostus ja uteliaisuus. Aikuisten malli vaikuttaa osaltaan myös päihteiden kokeiluun. Sosiaalinen media puhuu useasti myös päihteiden käytön puolesta, sillä internet, musiikki, lehdet ja muoti tuovat esille päihteitä. Nuoren oma suhtautuminen päihteiden käyttöön vaikuttaa kokeiluun, mutta suuri vaikutus on myös ulkopuolisilla tekijöillä.

## Alkoholien tuomia vaaroja nuorille

- Onnettomuusriski kasvaa. Kaatumisen, hukkumisen, putoamisen ja seksuaalisen hyväksikäytön riski kasvavat humalatilassa.
- Alkoholimyrkytyksen vaara.
- Riippuvuus.
- Kokeilukynnys muihin päihteisiin alenee.
- Itsekunnioituksen aleneminen humalatilan vuoksi.
- Alkoholisairaudet.

(Alkoholista nuorille esitteen oheismateriaali.)

## Case-tapaus Wilma

Wilma on 18-vuotias nuori nainen, joka on sairastanut keskivaikeaa masennusta jo kahden vuoden ajan. Masennusoireet ovat olleet välillä lähes kokonaan poissa ja tuolloin Wilma on jaksanut opiskella, tavata ystäviään ja viettää normaalia nuoren naisen elämää. Kesällä Wilma voi yleensä paremmin, mutta syksyisin hän alkaa taas viettää ”yöelämää”. Yöelämä ei hänen kohdallaan tarkoita kaupungilla notkumista ja päihteiden käyttöä. Sen sijaan Wilma kokee voimakasta viehtymystä valvoa ja nauttia yön hiljaisuudesta muiden perheen jäsenten nukkuessa. Öisin hän surffailee netissä, piirtää anime-hahmoja ja lukee manga-sarjakuvia.

Aamulla Wilma ei jaksa nousta kouluun ja illalla hän kärsii vanhempien saarnat ja pettymykset. Wilman äiti on hyvin sitoutunut vanhemmuuteen ja hän tekisi mitä vain, jotta Wilman opiskelumotivaatio kohenisi. Äidin huolestuneisuus kuitenkin vain heikentää Wilman vointia, koska Wilma on taipuvainen voimakkaisiin itsesyytöksiin, mikä on tyypillistä masennuspotilaille. Ja Wilma rakastaa äitiään ja myös hän tekisi mitä vain, jotta äiti tulisi onnellisemmaksi. Siitä huolimatta vuorokausirytmien ylläpitäminen ja kouluun lähteminen ovat kasvaneet Mount Everestin kokoiseksi kynnykseksi Wilman eteen. Hän on jumissa eikä enää tiedä, miten edetä.

Tarvitaan hyväksymisharjoittelua sekä äidille että tyttärelle. Niin kauan kuin he pitävät kiinni itsepintaisesti aamuheräämisistä ja lukion kurssivaatimuksista, he ovat jumissa. Äidin ja tyttären kannattaisi hyväksyä, että Wilma sairastaa oikeasti masennusta, johon suomalaisille tyypillinen asenne: ”Ota nyt vaan itseäsi niskasta kiinni!” ei auta vaan ikävä kyllä pahentaa tilannetta. Masennuksen hankalin kohta on voitettu silloin, kun sekä nuori että tämän perheenjäsenet hyväksyvät erilaisuuden, alakulon, voimattomuuden, surun, pettymyksen, pelon ja ahdistuksen lähtemättömäksi osaksi elämää: kaikkien meidän elämää.

Joskus nuoren pitkäkestoinen psyykkinen oireilu kuten esim. masennus tai syömishäiriö, voi olla yrittäystä pysäyttää aika. Se voi olla epätoivoinen keino ottaa aikalisä ennen siirtymistä lapsuudesta aikuisuuteen. Vaikka psyykkinen oireilu aiheuttaa tuskaa niin nuorelle kuin hänen lähipiirilleen, se voi joskus olla nuorelle helpompaa kuin itsenäistyminen, ammatin hankkiminen, seksuaalinen herääminen, oman perheen perustaminen ja vastuun ottaminen elämästä. Joskus vanhemmat antavat liian yksipuolisen kuvan aikuisuudesta, kuten että aina pitää olla reipas, pirteä ja aikaansaava. Tuolloin temperamentiltaan hidas ja aikakäsitykseltään epätarkka ja samalla herkkä ja luova nuori arvelee, ettei hänenlaisestaan voi koskaan tulla pärjäävää aikuista ihmistä. (Myllyviita 2012, 123-124.)

## Kapunkikommandot

Kämpä kuin hävityksen kauhistus ja sotkun keskellä asuu muusta maailmasta eristäytynyt nuori ihminen. Hän on köyhä, ei käy koulua, ei töissä eikä tapaa ystäviään kasvotusten. Hän kuuluu syrjäytyneiden nuorten kovaan ytimeen, komeroituneisiin. Suomessa heitä on vähintään satoja, todennäköisesti tuhansia.

Suurin osa komeroituneista joutuu sentään käymään kaupassa, mutta sen he tapaavat tehdä yöaikaan tai pimeyden turvin. Eräs tällainen tuttavani käytti termiä kaupunkikommando. Hän lähtee yöllä liikkeelle, pukee ylleen kasvot ja ranteet peittävän hupparin ja mustat housut. Tavallaan hän piiloutuu turvavaatteisiin mennessään ihmisten pariin, kertoo valokuvaaja Lilja Tamminen, 25. Tamminen on yhdessä Jalmari Eskelisen, 23, kanssa seurannut ja haastatellut kymmentä pääkaupunkiseudulla asuvaa 19-29 vuotiasta komeroitunutta nuorta ja koostanut heistä kertovan Komerot-nimisen dokumenttinäyttelyn, joka avataan loppiaisen jälkeen Helsingissä Forumissa.

Komeroituneiden nuorten tarinat ovat karuja. Pyry, 28, on muuttanut pommisuojaan odottamaan yhteiskunnan murenemista. Pekka, 24, on ollut puoli vuotta kotona eikä vaan pääse enää ulos asunnostaan. Emilia, 22, muutti pari vuotta sitten pohjoissuomalaisesta pikkukylästä paremman elämän toivossa Espooseen mutta on nyt komeroitunut pitkäaikaistyötön. Yritys muuttaa elämääni epäonnistui, ja tilanteeni on mennyt vain huonompaan suuntaan. On päiviä, jolloin vain makaan sängyssä. Olen yrittänyt opiskella avoimessa yliopistossa vailla tulosta. Opiskeleminen vaatisi kotoa poistumista. Poistun asunnostani vain parin viikon välein, lähinnä ruuan ja viinan perässä. Ystäviä luonani kävi viimeksi vuosi sitten, Emilia kertoo.

Dokumenttiin osallistuneet ovat hyvin erilaisia ihmisiä, mutta on asioita, jotka yhdistävät heitä – esimerkiksi tietokone ja internet. Tyypillisessä komeronuoren asunnossa lojuu tavaroita siellä täällä ja ainut reitti, jota kämpän ovelta mahtuu kunnolla kulkemaan, johtaa koneelle. Tietokone on kuin alttari keskellä kaikkea sotkua, Tamminen kuvailee. Nuorilla on kyllä ystäviä netissä, mutta he itse ovat fyysisesti erakoituneita. Kymmenestä yksi asuu vanhempiansa luona, loput omillaan. Vain yksi on tieteen tahtoon halunnut vetäytyä yhteiskunnan ulkopuolelle. Kaikki tunnustavat tilanteensa mahdottomuuden ja haluaisivat parempaa elämää. Suurin osa elää toimeentulotuella ja kaivelemalla roskiksista ruokaa. Yksi nuorista tekee satunnaisesti pimeästi töitä, ja yhtä elättävät rikkaat vanhemmat.

Komeroituneet eivät olleet onnellisia mutta eivät aivan onnettomiakaan. Tavallaan he ovat löytäneet paikkansa omassa maailmassaan, Tamminen kertoo. Komeroituneet saattavat viettää kaiken aikansa tietokoneella. Yksi heistä on jopa siirtänyt koneen sänkyynsä, ettei tarvitse nousta.



Eräs viettää kaikki päivänsä pelaamalla konsolipelejä. Hän pakenee pelimaailmaan todellisuutta, jossa vuokravelat painavat, rahaa ei tule mistään ja häätö uhkaa. Keskeistä monille on halu karata mielikuvitusmaailmaan ja etsiä sieltä turvaa. Yksi hakee lohtua vaeltamalla pitkiä matkoja luonnossa.

Koulussa nuoret menestyivät aikoinaan hyvin, osa oli jopa luokkansa priimuksia. Heillä ei ole juurikaan fyysisiä sairauksia, mitä nyt yhdellä on diabetes. Sosiaalisista suhteista ja kaveripiiristä he ovat pudonneet yleensä yläasteiässä. Moni on ollut koulukiusattu. Myöhemmin melkein kaikilla on ollut mielenterveysongelmia, masennusta ja erilaisia pelkotiloja, kuten torikammos ja arvostelun pelkoa. Pelkotilat ovat ruokkineet eristäytymistä, josta on seurannut sosiaalisten taitojen rapautuminen. Merkittäviä asioita ovat näiden nuorten kohdalla olleet myös 1990-luvun lama ja vuoden 2008 lama. He olivat lapsia lama-aikana ja valmistuivat aikuisuuteen ja työttömyyteen vuoden 2008 lamassa. Joidenkin vanhemmilla oli mielenterveys- ja päihdeongelmia, Tamminen summaa.

Miksi nämä nuoret ovat komeroituneet? Dokumentissa mukana oleva Pekka kuvailee, että astuminen koulusta aikuiselämään oli hänelle sokki, joka iski päin naamaa. Se on rankka tilanne, kun on aina pitänyt itseään hyvänä ja sitten aikuiselämässä kaikki ei toimikaan. Tamminen selittää, että jos nuori on aina pärjännyt, hän voi musetua, kun ei yhtäkkiä muka osakaan mitään. Osa musertuu viimeistään siinä vaiheessa, kun ei ole saanut koulu- tai opiskelupaikkaa ja törmää sitten valtavaan byrokratiaan hakiessaan toimeentulotukea tai esimerkiksi mielenterveysapua, Eskelinen lisää. Tamminen pohtiikin, valmentaaiko nykyinen peruskoulu nuoria tarpeeksi arkielämää varten, näin rajuja putoamisia sattuu.

Japanissa komeroituneita nuoria arvellaan olevan jopa miljoona. Ilmiö tunnistettiin siellä jo 1990-luvun lopulla, ja hoitokeinona on ollut nuorten kuntouttaminen erityisissä kuntoutuslaitoksissa. Niissä on tarjolla ohjattua tekemistä, yhteisiä ruokailuhetkiä ja sosiaalisuuteen opettamista. Kuntoutuksen päätteeksi nuorille etsitään työ- tai opiskelupaikka. Se toimii niin, että joku vinkkaa tai ilmiantaa hoitoviranomaisille, että siellä on sellainen kaveri, joka voi olla komeroitunut. Hoitoväki alkaa käydä nuoren ovella koputtelemassa, jättämässä lappuja ja kyselemässä kuulumisia. Kun nuori saadaan ulos, hänelle voidaan kertoa, että meillä olisi tuolla hoitopaikka, Tamminen tietää. Suomessa ei vastaavia kuntoutuslaitoksia ole, mutta Eskelinen panee toivonsa etsivään nuorisotyöhön. Se on opetus- ja kulttuuriministeriön tukemaa toimintaa, jonka tavoitteena on olla läsnä nuorten keskuudessa ja tarjota mahdollisuus turvalliseen ja luottamukselliseen aikuiskontaktiin. Tänä vuonna valtionavulla tuettua etsivää nuorisotyötä tekee yli 340 henkilöä 279 kunnassa ympäri Suomea.

Päihteiden käyttö tai etenkin kovat huumeet eivät suoraan liity komeronuoriin. Mielleyhtymä huumeidenkäyttäjien saattaa syntyä siitä, että komeroituneet helposti laiminlyövät ulkonäöstään huolehtimisen. Ennen niin huoliteltu saattaakin yhtäkkiä alkaa esiintyä likaisissa vaatteissa, tukka pesemättä ja ilman meikkiä. Yleinen rapistuminen elämän perusasioiden hoitamisessa kertoo yleensä paljon, kuten vaikeudet tiskaamisessa ja pyykkäamisessä, Tamminen sanoo. Toinen merkki komeroitumisesta voi olla se, ettei henkilö enää viittaa puheissaan mihinkään sosiaaliseen kanssakäymiseen muiden kanssa. Ei ole kaveritapaamisia. Ja sitten tietysti se, ettei hän lähde enää minnekkään kämpiltä, Eskelinen sanoo.

Projektillaan Eskelinen ja Tamminen halusivat antaa nuorille itselleen mahdollisuuden kertoa asioistaan ja ongelmistaan. Toivon, että tämän myötä entistä useampi nuori uskaltaisi itse nousta

kertomaan asioistaan, Tamminen sanoo. Suomessa on virallisten tilastojen mukaan noin 110 000-125 000 syrjäytynyttä nuorta, jotka eivät opiskele, ole työharjoittelussa tai työelämässä. 30 000:lla heistä ei ole peruskoulun jälkeistä tutkintoa ja arviolta 10 000 on vailla vakituista asuntoa. Ikävintä on se, että mekään emme tavoittaneet sitä kaikkein vaikeinta porukkaa. He eivät enää vastaa tällaisiin kutsuihin, ja siinä joukossa voi olla vaikka mitä Myyrmannin pommittajia. Meidän tavoittamamme nuoret ovat vielä pelastettavissa. (Havula 2012, 29.)

## Nuorten ajatuksia nuoruudesta

"Asiaa, mielipiteit, huutoo ja kapinaa  
me halutaan vaikuttaa  
me halutaan muuttaa maailmaa

Liian usein nuoren mielipiteitä ei tarvita  
eihän ton ikänen voi mitään snaijata  
sä sanot "Nuoret ei tiedä mitään"  
pitääkö aina takertua vittu siihen ikään?  
Jos kerran avais mielen ja kuuntelis  
ehkä nekin mersumiehet eduskunnas jotain oppis  
me tiedetään miltä se tuntuu  
me tiedetään kehen se oikeesti sattuu"

(Vehviläinen & Hakkarainen 2007, 53.)

"Hei ylempi taho, nyt huonosti menee  
päätoisii teette mut mitä nuorten etee  
aika spedee toimintaa ku meidät unohdetaa  
nuorten puolest puhujat listalta pudotetaa  
on ilmanen koulutus ja kaikkee muuta tarpeellist  
palveluita löyy mut onko siinä tarpeeks sit  
enkä haluu nyt rahaa tai aineellist valtaakaa  
miks nuorten äänel ei oo koskaa skidii painookaa  
vastaus on et nuorii luullaan liian tyhmiks  
sitä että meitä kuullaan sanon sananvapaudeksi  
haluun et vanha kansa ja päättäjät ymmärtää  
nuoris tulevaisuus, niin se tulee aina menee"

(Koponen, Manninen & Elfving 2007, 51.)

## LÄHTEET

- Alkoholista nuorille esitteen oheismateriaali. [viitattu 11.12.2012]. Saatavissa: <http://www.ehkapa.fi/klaarihelsinki/wp-content/uploads/2009/06/Nuorilta-nuorille-oheismateriaali-pdfOppituntiohjeet.pdf>
- Havula, J. 2012. *Kaupunkikommandot*. Sunnuntaisuomalainen. Savon Sanomat 30.12.2012, 29.
- Järvi, H. 2012. *Epätavallisia asioita. Kuka on "syrytynyt nuori"*? [viitattu 28.11.2012]. Saatavissa: <http://epatavallisia.fi/taustoja/kuka-on-syrytynyt-nuori/>
- Kokkonen, I. & Töhönen, T. 2012. *Koska olen tärkeä. Arjenhallintaopas itsenäistymisen tueksi toimintakyvyltään heikentyneille nuorille*. Opinnäytetyö. [viitattu 28.11.2012] Saatavissa: <http://publications.theseus.fi/handle/10024/45018>
- Koponen, J., Manninen, V. & Elfving, H. 2007. *Turpa auki*. Porvoo: WS Bookwell Oy.
- Kääriäinen, E. *Toimintakokemusmenetelmät nuorten kohtaamisessa, toimintakokemuspäivän suunnittelu ja toteutus*. Opinnäytetyö.
- Lehtinen, I. & Lehtinen, T. 2007. *Mikä mättää? Murrosiän muutokset kotona ja koulussa*. Helsinki: Edita.
- Mannerheimin Lastensuojeluliiton www-sivut. Nuorten netti. Terve mieli [viitattu 26.9.2012]. Saatavissa: <http://www.mll.fi/nuortennetti/mielenterveys/terve-mieli/>
- Miettinen, S. & Toivanen, H. 2012. *Yhdessä eteenpäin. Opas väkivaltaa kokeneiden maahanmuuttajanaisten tukihenkilöille*. Opinnäytetyö. Helsinki: Diakonia Ammattikorkeakoulu. [viitattu 27.11.2012]. Saatavissa: [http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/39768/Miettinen\\_Susanna.pdf?sequence=1](http://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/39768/Miettinen_Susanna.pdf?sequence=1)
- Myllyviita, K. 2012. *PEACE! Selviytymisopas nuorten vanhemmille*. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Syrjänen, J. 2010. *Tukihenkilön laatukäsikirja Tuexi*. Turku: Varsinais-Suomen Lastensuojelujärjestöt Ry.
- Nurmo, I. 2009. *Nuoren kohtaamisen vaiettu vaikeus ja herkkä hauraus*. Teoksessa: Purjo, T. & Kuusela, J. (toim.) *Tappelusta jutteluun –nuoren kohtaamisen taito*. Tampere: JuvenesPrint.
- Nyback, M. 2012. *Kokemuksia tukihenkilönä olemisesta*. Vainikainen, S. Lähde-hanke. [sähköpostiviesti]. Vastaanottaja Hanne Ruotsalainen. Lähetetty 27.8.2012. [viitattu 29.8.2012].
- Raittila, K. 2001. *Sanat, jotka tahtoisin sanoa*. Kirjapaja.
- Varsinais-Suomen lastensuojelun kuntayhtymä 2008. *Itsenäistyvän nuoren roolikartti*. [viitattu 28.11.2012] Saatavissa: [http://www.vslk.fi/index.php?option=com\\_content&view=article&id=12&Itemid=14](http://www.vslk.fi/index.php?option=com_content&view=article&id=12&Itemid=14)
- Vehviläinen, I. & Hakkarainen, P. 2007. *Turpa auki*. Porvoo: WS Bookwell Oy.
- Väestöliiton www-sivut. Nuoren masennus [viitattu 26.9.2012]. Saatavissa: [http://www.vaestoliitto.fi/murkun\\_kanssa/tietoa/mielenterveys2/nuoren\\_masennus/](http://www.vaestoliitto.fi/murkun_kanssa/tietoa/mielenterveys2/nuoren_masennus/)

## Jelppari- perustietolomake

Nimi	Syntymäaika
Osoite	Postinumero ja postitoimipaikka
Puhelin (koti/työ)	Sähköposti
Ammatti	Omat lapset
Lemmikkieläimet	

Auto käytettävissä: kyllä <input type="checkbox"/> ei <input type="checkbox"/>	Jelpparisuhteeseen käytettävissä oleva aika/kk
Voin toimia jelpparina seuraavilla paikkakunnilla:	
Omat harrastukset ja kiinnostuksen kohteet:	

### Toiveet ja kokemus

Tuettavan sukupuoli tyttö <input type="checkbox"/> poika <input type="checkbox"/>	Tuettavan ikä
Kokemukseni tukihenkilönä toimimisesta? Vapaaehtoistyöstä yleensä?	
Miksi haluaisin JELPPARIKSI? Miksi olen täällä?	

☐ Annan luvan tietojeni tallentamiseen jelppari-toiminnan asiakastietojärjestelmään (rastita)

## Vaitiolositoumus

Minä allekirjoittanut vakuutan noudattavani sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeudesta annetun lain 14§:ssä säädettyä asiakirjasalaisuutta sekä saman lain 15§:ssä säädettyä vaitiolovelvollisuuttaja hyväksikäyttökieltoa niiden tietojen osalta, jotka olen saanut toimiessani vapaaehtoistyössä.

Ymmärrän, että nuorella ja hänen omaisillaan ja läheisillään on oikeus yksityiselämän suojaan ja kunnioitan sitä. Ymmärrän olevani vaitiolovelvollinen, jos saan vapaaehtoistyössä tietoja nuoren elämästä tai hänen läheistensä ja omaistensa elämästä enkä näin ollen saa ilmaista saamiani tietoja ulkopuolisille missään tilanteessa.

Tämä vaitiolovelvollisuus sitoo minua vielä vapaaehtoistyöni päättymisen jälkeen.

Paikka ja aika \_\_\_\_\_

Allekirjoitus \_\_\_\_\_

Nimenselvennys \_\_\_\_\_